

【3月の目標】

一年間を振り返ろう

給食はおなかを満たす食事というだけではなく、栄養バランスのとれた献立について知ったり、食事のマナーについて学んだりすることができる場です。給食で学んだことを振り返ってみましょう。

<p>食事の前に 石けんで手を きれいに洗う</p>	<p>食事のあい さつをきちん としている</p>	<p>茶わんや汁 わんは手に 持って食べた</p>	<p>口を閉じて食 べた</p>	<p>食べ残さないよ うに努力してい る</p>
<p>ひじをつかず よい姿勢で食 べた</p>	<p>食べ終わる まで立ち歩 かなかった</p>			

<p>3 (月) ひなまつり こんだて</p> <p>たいのにつけ ひなあられ わかめとだいこん にんじんのあかだし ちらしずし</p>	<p>4 (火)</p> <p>のりずあえ チキンみそカツ わかめスープ さんさいおこわ</p>	<p>5 (水)</p> <p>ポテトサラダ きよみ おやこどん しろみそのみそしる</p>	<p>6 (木)</p> <p>ブロッコリーのサラダ とりにくの しおからあげ ちゃんぼん</p>	<p>7 (金)</p> <p>だいずとひじきのふくめに いちご さばのみそゆうあんやき むぎごはん とりごぼうじる</p>
<p>10 (月)</p> <p>ごまドレッシングサラダ さけのおうごんやき むぎごはん ぶたじる</p>	<p>11 (火)</p> <p>レーズンおしパン ツナサラダ きのこのクリーム スパゲッティ</p>	<p>12 (水)</p> <p>マカロニサラダ バナナ きびなごまフライ うまに むぎごはん</p>	<p>13 (木)</p> <p>さつまいものじゃこサラダ ハンバーグ だいずと あおなのスープ パーカーハウスパン</p>	<p>14 (金) 小中学部卒業式 高等部:お弁当の 日</p>
<p>17 (月)</p> <p>まんてんサラダ おでん にんじんごはん</p>	<p>18 (火)</p> <p>ローストポテト バナナ ぶたにくのごまずいため ごはん とりにくとやさいのフォー</p>	<p>19 (水) 食育の日</p> <p>なのはなのおひたし さばホイルやき むぎごはん くじらじゃが</p>	<p>20 (木) 春分の日</p>	<p>21 (金) 修了お祝い こんだて</p> <p>いろいろきんぴら きよみ とりにん せきはん かきたまじる</p>

<p>24 (月) 修了式</p>	<p>ひなまつりにまつわる食べ物</p> <p>はまぐりのうしお汁...はまぐりなどの二枚貝は対の貝殻としか合わせられないことから、夫婦円満の象徴とされています。</p>	<p>ひなあられ...ひなあられは、ひしもちを砕いて作ったものです。ひな人形を持って野山に出かけたときに食べていました。</p>
<p>ひしもち...桃色(赤)は災いを払う、白には子孫繁栄、長寿、緑にはすこやかな成長の願いが込められています。</p>	<p>3月3日は桃の節句ともいい、災いを払うために、人形を海や川に流したり、はまぐりのうしお汁やひしもちなどを食べたりします。また、古代の中国では、桃は邪気を払う神聖な木ともいわれていて、桃の花を浮かべる桃花酒も飲まれていました。</p>	