

きゅうしょくだより

令和6年3月号
昭島市立つしが丘小学校
栄養士 福島 あおば

日ごとに寒さが和らぎ、春の訪れが感じられるようになりました。3月は1年のまとめの月です。自分自身の食生活や給食を通して学んだことを振り返ると良いです。

給食から、どんなことを学びましたか？

栄養士・調理員は、児童のみなさんへ「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて給食を作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだのでしょうか？

この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。みなさんが思い出に残っている給食はなんですか？楽しく過ごした給食の時間がみなさんを支える思い出になってほしいと願っています。



好き嫌いせず何でも食べられた。



食べ物を大切に、感謝して食べることができた。



食べ物の栄養について学ぶことができた。



卒業生の皆さんへ

卒業される6年生のみなさん、おめでとうございます。

心も体も成長途中の皆さんにとって、食事から栄養をしっかりとること、食事を楽しむことが何より大切です。卒業してからも毎日の食生活をより良いものにしてほしいと願っています。





3月3日 「ひなまつり」



3月3日は、ひなまつりです。

女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、元は人形を身代わりにして悪いものをはらう「流しびな」が起源とされます。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。



ちらしずし

縁起の良い食材を用いて、長寿や幸福を願っています。



はまぐりのお吸い物

はまぐりの貝殻は、2枚対でぴったり合うので、夫婦円満を表します。将来、良い相手に恵まれますようにとの願いが込められています。



ひしもち



ひなあられ

地域によって違いが見られますが、「緑・白・桃」の3色のもちを重ねたものが定番です。これは雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという、春の様子を表現しています。また、緑色には健康、白色には清浄、桃色には魔除けの願いが込められています。ひなあられは、元はひしもちを砕いて作られていました。

給食では、3月4日に五目ずしと、花の形をした麩が入ったすまし汁、旬のさわらと菜の花を使ったメニューが出ます。楽しみにしてください。

3月1日 お弁当の日



3月1日（金）は、今年度最後のお弁当の日です。

子供たちがお弁当の料理を考えたり、お弁当箱に料理を詰めたり、また、料理にチャレンジするなど、できる範囲で構いませんので、ご家庭のご協力、よろしくをお願いいたします。

防衛省交付金による 学校給食厨房機器の 整備について

令和5年度特定防衛施設周辺整備調整交付金により、食器消毒保管庫を設置し、子供たちに安全で衛生的な給食を提供できる環境の維持を図りました。

