

# 3月給食たより

まだ寒さの残る日もありますが、だんだんと春の陽気になってきました。今年度もあと少しで終了です。この1年間、給食の時間を楽しく過ごすことができましたか？残りあと少し、一日一日を大切に過ごしてください。

## 3月の給食目標

### 1年間の給食を見直そう



## 3月の献立紹介

### 1日 ひなまつり

菜の花ちらし・魚の新玉ねぎソース・茶碗蒸し・すまし汁

皆さんが丈夫に過ごせるように、ひなまつりのごちそうを作ります。

### 15日 卒業お祝い

お赤飯・山賊焼き・菊花和え・若竹汁・紅白ゼリー

9年生は、最後の給食になります。ぜひ楽しみながら、味わって食べましょう。

## 3月3日ひなまつり

ひなまつりは、桃の花が咲く時期なので、「桃の節句」とも呼ばれています。

起源は古く平安時代までさかのぼり、災いを人形に移して厄払いをした「上巳節（じょうしせつ）」という風習と、平安時代に女の子の遊びとして流行した、人形で遊ぶおままごと、「ひいな遊び」が結びついて、災いを移した紙人形を川に流して身を清める「流し雛」が生まれました。まもなく豪華なお雛さまを家に飾るようになり、女の子の災いを人形に受けてもらい、健やかな成長を願ってお祝いするようになりました。



ひなまつりに飾る「ひしもち」は、下から「緑・白・桃色」の3色で重ねられていて、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るんだっけ♪

## 今月のとれたて村給食

長崎県平戸市産の乾燥きくらげが届きます！

3月8日(金)の「生揚げと野菜の中華煮」で長崎県平戸市で生産された乾燥きくらげを使用します。

板橋区の食育推進事業として、生産者の顔が見える給食を推進するため、区が購入した乾燥きくらげを全小中学校に届けるっちい！



## 卒業おめでとうございます

9年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。

楽しかった中学校生活も残りわずかになりました。小学校から合わせると、9年間の学校給食はいかがでしたか？好きな給食、苦手な給食、楽しかった給食、いろいろな思い出ができましたか？ひとつでも、みなさんの思い出に残る給食があったらうれしいです。

成長するにつれて、自分自身で食べるものを選び、調理をする機会が増えていきます。食べたもので自分の体がつくられていくことを意識して、よりよい食生活を送ってください。

これからも、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠、そして適度な運動を心がけて過ごしましょう。

給食の時間や廊下ですれ違ったときに、「海藻サラダの作り方が知りたいです！」と声をかけてくれたり、「これには何が入っていますか？」と興味を持って聞いてくれたり、「今日もおいしい給食ありがとうございました！」と言ってくれたみなさんの声が、とてもうれしかったです。3年間、ありがとうございました。

