

給食だより



平成27年3月

さいたま市立大宮南中学校



一年間を振り返ってみましょう！



<input type="checkbox"/> 好き嫌いをく何でも 食べることができた。 	<input type="checkbox"/> マナーを守って食事を することができた。 	<input type="checkbox"/> 食べ物に興味を持つ ことができた。 	<input type="checkbox"/> 間食(おやつなど)は、時 間と量を決めて食べるこ うすることができた。(食べ過ぎ なかった。)
<input type="checkbox"/> 食事の準備や後片付け に協力することができた。 	<input type="checkbox"/> よくかんで味わって 食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 食べ物の命や、食べ物を 作ってくれた人に感謝の 気持ちを持つことができた。 	<input type="checkbox"/> 自分で選んで食べる時 は、栄養のバランスを 考えることができた。

今年度の給食も残り一カ月となりました。この一年間を振り返って、給食時間の過ごし方や毎日の食事の仕方など、どうだったでしょうか。上の表で確認してみましょう。

☆ 学校給食試食会 ☆

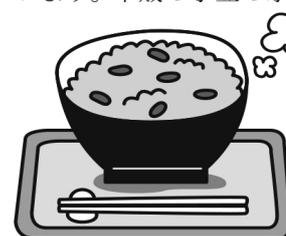
2月10日(火)、PTA主催の学校給食会が実施され、34名の保護者の方にご参加いただきました。「揚げパンが懐かしかった」「見た目よりボリュームがあって満足しました」「サラダの野菜がシャキシャキしていて美味しかった」などの感想がありました。役員の皆様、保護者の皆様、ありがとうございました。

お祝いに「お赤飯」を!



卒業や入学・進級と、春は多くの人が節目を迎える季節です。そんなお祝いの時の食べ物といえば「お赤飯」。お赤飯は、もち米に小豆(またはささげ)の煮汁で赤い色をつけて蒸して作ります。昔から、赤い色には悪いものを取り除く力があるとされていて、もともとは、お米自体が赤い「赤米」を神様にお供える習慣があったことから、お赤飯が作られるようになったといわれています。市販の小豆の水煮を使って、炊飯

器で手軽に炊くこともできますので、ぜひご家庭でも味わってみてください。



食べ物クイズ

雛祭りに供えるひしもちには、桃、白、緑の3色でできています。ではこの白色は何を表わしているでしょう？

- ①花嫁衣装 ②色白の顔 ③雪

ピンクはももの花

緑は若草



答え：③雪

白色は雪を表わしています。この白いもちには、長生き、清浄(心がきれいなこと)などの意味がこめられています。桃色は桃の花を表わし、魔よけ、毒消しの意味、緑は新緑を表わし、厄除けや健康などを意味しています。この3色を重ねることで、雪の下に新芽が出て、ももの花が咲いているという春の様子を表わしています。