

給食だより

平成28年 3月
さいたま市立春野小学校



暖かい日差しや風のかおりとともに春を感じる季節になりました。みなさんは一年を通して、給食を残さず食べることができましたか？1学期の頃は食べられなかったものが、3学期には食べられるようになったなど、一人ひとりが頑張ったこともたくさんあると思います。

さて、3月は、卒業や進級など大きな節目を迎える時期です。4月には、元気に新しい扉を開けられるよう、最後の月をしっかりと締めくくりましょう！



1年間を ふいかえろう

もうすぐ3学期もおわりです。毎日の食事は、みんなで楽しく、おいしく食べることができましたか？食事のマナーやルールは守ることができましたか？1年間を振り返って、チェックしてみましょう！

<p>① しょくじのまえにてをあらいましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>	<p>② あさごはんはまいにちたべましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>	<p>③ すききらいせずにたべましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>	<p>④ きまったじかんにしょくじをしましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>
<p>⑤ よくかんで、ゆっくりたべましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>	<p>⑥ ともだちとたのしくしょくじをしましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>	<p>⑦ かんしゃのきもちであいさつをしましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>	<p>⑧ じゅんびやかたづけをてつだいましたか。</p>  <p>(はい・いいえ)</p>

「はい」の数 0～3個・・・今のままだととても心配です。きまりを思い出して、反省しましょう。



4～6個・・・自分で守れる目標を決めてもう少し頑張ると楽しい食事になりますよ♪

7～8個・・・すばらしい！みんなのお手本です☆

☆給食委員会 食器・残菜チェック結果発表☆

給食委員会では、①おぼんがきれいに片付いているか、②食器がきれいに片付いているか、③おかずの残りが少ないかを毎週順番にチェックしています。きちんと片付けられているクラス・残菜が少ないクラスには、毎週金曜日に表彰状を贈っています。今年度多く受賞したクラスを発表します！

おぼんがきれいなクラス

- 第1位 6-3
- 第2位 6-2・6-1
- 第3位 5-3

食器がきれいなクラス

- 第1位 6-3
- 第2位 4-1
- 第3位 6-2・5-1

残さず食べたクラス

- 第1位 6-3
- 第2位 6-2
- 第3位 1-1

どのクラスもがんばりました！残りものが少なく、食器やおぼんがきれいにそろっていると、調理員さんもとっても楽になります。これからも協力してくださいね♪

桃の節句



3月3日は「桃の節句」といい、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは、明治時代以降といわれています。それまでは、災いをはらうために、人形を海や川に流していたといわれています。桃の節句につくられる行事食には、ちらしずしやはまぐりのうしお汁、ひなあられ、などがあります。

春野小の給食でも桃の節句にちらし寿司を提供しました。



【ひなまつり献立】 ちらしずし 牛乳 鱈の竜田揚げ 菜の花和え 桜もち

★作ってみましょう！【ひなあられ】

〈材料〉

・もち …2個

・揚げ油…適量

A 砂糖…大さじ5

水 …大さじ1

B 塩、青のり…適量

〈作り方〉準備:もちは、1cm角に切り、表面がひび割れるまで乾燥させる。(2~3日)

①乾燥もちを低温の油で表面がきつね色になるまで、じっくり揚げる。

②フライパンにAを入れて、火にかける。フライパンを傾けながら砂糖に水分がいきわたるようにして溶かす。(ピンクに色づけする場合は、食紅を1、2滴加える)

③砂糖が溶けたら、①の半量を加え、木べらでかき混ぜる。表面が砂糖衣でおおわれたら、皿に取り出して冷ます。

④①の残りの半量には、塩と青のりをお好みでまぶす。

☆ひなあられは、関東と関西地方で形や味が違い、関東では、米のポン菓子に砂糖などで味を付けたもの、関西では、乾燥もちを揚げて、しょうゆや塩、青のりなどで味を付けたものが知られています。

春を味わう「菜の花」

アブラナ科の菜の花は、白菜やキャベツなどに似た黄色くてかわいい花を咲かせます。花がさく前のつぼみのころが、菜の花の味わいどきです。春の食べ物は、ほろ苦い味や、しぶみ、えぐみなど、少し大人の味がするものがたくさんあります。菜の花もそのひとつ。さっとゆでて、ほろ苦さを味わってみて下さい。おひたしにしたり、ごまあえにしたり、ちらしずしにまぜてもとってもはなやかです。

【菜の花和え】

〈材料 4人分〉

・なのはな …50g

・もやし …100g

・キャベツ…100g

・コーン …25g

・しょうゆ…小さじ2

・さとう …小さじ1

〈作り方〉

① 菜の花は2cm幅、キャベツは短冊切りにし、野菜をそれぞれゆでて冷ます。

② 野菜とコーン、しょうゆ、さとうを混ぜ合わせる。

☆ 菜の花は、3月に旬を迎える、ビタミンとミネラルが豊富な春野菜です。食用で買うときは、つぼみの開いていないものを選びましょう！



♪ セレクト給食 ♪

当日をお楽しみに！

今年度のセレクト給食も最後になります。給食最終日の3月18日(金)に卒業・進級祝いでセレクトケーキが出ます。集計の結果は、ミルクレープが一番人気でした。

チョコ



277人

いちご



148人

ミルクレープ



442人

一年間ご協力ありがとうございました。来年度、4月の集金日は、4月14日(木)です。集金額は4100円です。おつりのないよう忘れずをお願いします。