

3月 給食たより



令和6年

さいたま市立東浦和中学校

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。3月は1年間のまとめの月です。自分自身の食生活や給食を通して学んだこと、できるようになったことなどを振り返り、新しい学年で挑戦したいことを考えてみましょう。

給食時間を振り返ろう 『食育』チェックシート

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう

<p>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとできた</p>	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p>	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p>
<p>食器を正しく並べることができた</p>	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p>	<p>よくかんで味わって食べるのができた</p>	<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p>



ひな祭りクイズ

- Q1** 3月3日のひな祭りは、「○○の節句」とも呼びます。○に入る言葉は？
- ① きく
 ② もも
 ③ うめ
- Q2** ひな祭りにお供えするひしもちの色は、何を表しているでしょう？
- ① 昔の子どもが好きな色
 ② ひな人形の着物
 ③ 春の風景
- Q3** ひな祭りに食べられる料理には、どんな願いがこめられているでしょう？
- ① 子どもの健やかな成長
 ② 米がたくさんとれるように
 ③ お金がかせげるように

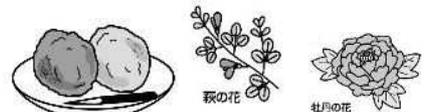
こたえ

Q1=② Q2=③(雪を白、新芽を緑、桃の花を赤・ピンクで表す)

Q3=①(特に女の子の健やかな成長を願って、ちらしずしやハマグリ(ハマグリの潮汁が作られる)

春のお彼岸とぼたもち

春分の日を挟んだ1週間は、春のお彼岸です。仏教では西に極楽浄土があるとされ、真西に太陽が沈むこの時期に、お墓参りをしてご先祖様をしのびます。同じように、秋にもお彼岸があります。お彼岸の食べ物といえば、「ぼたもち」と「おはぎ」どちらも、もち米とうるち米を混ぜて炊いたご飯をつぶして丸め、小豆のあんなどを包んだものです。



季節の花にちなみ、春は牡丹で「ぼたもち」、秋は萩で「おはぎ」と呼ばれます。