

豊中市中学校給食

食育だより



第4号



日に日に春の訪れを感じるようになりました。早いもので学年最後の月です。今年度はどんな学年・学校生活でしたか？3年生はいよいよ卒業ですね。

おのおの次のステージに向かって羽ばたくよい準備をする時期がきました。

言うまでもなく自分の身体はすべて自分が食べたもので出来ていることを忘れずに、心も体も元気よく4月を迎えられるよう、春休みも規則正しい食生活を心がけましょう。

給食をふり返ってみましょう！！



女子きらいなくなんでも食べられ手したか？

てめが手洗い(ほっぺ)でできたか？

「いただきます」「ごちそうさま」はきちんとできましたか？

「おはようございます」給食当番に挨拶ができましたか？

「いただきます」後片付けがしよくできましたか？

「いただきます」ぎょうぎよく食べることができましたか？

「いただきます」ほしを正しく使えましたか？

「いただきます」給食当番は身ぶりを整えて清潔に仕事をできましたか？

「いただきます」準備中は、静かに待つことができましたか？

<p>チェックポイント① 朝ごはんを毎日しっかり食べられた。</p> <p>(○・△・×)</p>	<p>チェックポイント② 好き嫌がなく食べられた。嫌いなものがある人は1つでも克服できた。</p> <p>(○・△・×)</p>
<p>チェックポイント③ 食べ物の栄養とそのはたらきについて考えながら食べることができた。</p> <p>(○・△・×)</p>	<p>チェックポイント④ 食べ物を大事にし、感謝して食べることができた。</p> <p>(○・△・×)</p>
<p>チェックポイント⑤ 配膳やはしの持ち方など食事のマナーに気をつけて食べることができた。</p> <p>(○・△・×)</p>	<p>チェックポイント⑥ 地域に伝わる郷土料理、季節ごとの行事食を知り、味わって食べた。</p> <p>(○・△・×)</p>

ひなまつり、うんちくばなし

ひしもち、ひなあられ

赤は桃の花の色で魔よけ、白は雪で清らかさ、緑は大地を表し、健康を願うといわれます。また3色で春の到来を表すともいわれます。

うしお汁

はまぐりの貝がらは、同じ貝としかびつたり合わないことから、「よいパートナーに恵まれて幸せになるように」と願います。

さくらもち

「桃の節句」に合う和菓子として広まりました。おもに大島桜の葉を塩漬けにしたもので、もち菓子を包んだものです。関東風の「長命寺もち」、関西風の「道明寺もち」があります。

関西	関東