

3月 給食だより

調布市立滝坂小学校
校長 小林 美也子
栄養士 山本 美杏

日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。今年度も残り1ヶ月です。3月22日の給食が今年度最後の給食です。今のクラスの友だちと給食を食べるのは、あと15回です。特に、6年生は小学校生活最後の給食ですね。今月の献立にもリクエストが多かったメニューをたくさん取り入れました。今年度最後の給食を味わって食べてくださいね。



ひ しょく せい かつ ふ かえ
日ごろの食生活を振り返ろう！



3月3日 ひな祭り



女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いする「ひな祭り」。ひな人形や桃の花を飾り、ちらしずしやハマグリの潮汁などをいただきます。そして、ひな祭りのお菓子といえば、ひしもちとひなあられが代表的です。ひしもちは、ひし形をした「桃・白・緑」の3色のもちを重ねたものが定番で、ひなあられは、関東地方では米粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmくらいの丸形のあられが親しまれています。



ちらしずし



ハマグリの潮汁



ひしもち



白濁



ひなあられ

今月の献立紹介

3日(金) 桃の節句



ひな人形を飾り女の子の健やかな成長を願う桃の節句。今ではひしもちよりも、ひなあられを食べることが多いかもしれません。関東地方では米粒形のポン菓子、関西地方では丸形のあられと、味や形が異なります。春夏秋冬を表す「桃・緑・黄・白」の4つの色が付けられているのが特徴です。この日の給食では「あなごのちらし寿司」と「ひなあられ」を提供します。



2日(木) 世界の料理「インドネシア」



インドネシアは東南アジアの南部に位置する世界最大の島しょ国です。約1万4千もの島々からなり、地域や島ごとに多様な民族や言語があります。食文化もバラエティーに富んでいますが、主食はお米で、粘り気が少なく細長い形の「インディカ米」に、ココナッツミルクや香辛料で味つけしたおかずをかけて食べるのが定番です。給食では、ごはんと具を炒めたインドネシアのチャーハン「ナシゴレン」を作ります。



ナシゴレン

20日(月) フックメニュー「いちごのハニークーヘン」

(参考：『はちみつのだね』(作：尾山理津子 絵：新野めぐみ)



おかあさんのハチミツクーヘンを楽しみにしていたミツルくん。でも、ネズミたちが、はちみつのだねとこうかんに食べてしまいました。給食ではいちごを使って「いちごのハニークーヘン」を作ります。お楽しみに！



22日(水) リザーフ給食



給食最終日

6日～9日 6年生特別給食



6年生のみなさん卒業おめでとうございます。滝坂小学校で食べる給食はあと少しですね。そんな6年生のために特別メニューを提供します。お楽しみに！