

3月 給食豆知識

小学校

				<p>1日 ひなまつり ひしもちやあられの三色は春<small>さんしょく はる</small>を表現しています。緑色がわかくさ<small>ひょうげん みどりいろ</small>、白色が雪<small>ゆき ももいろ もも</small>、桃色が桃<small>はな あらわ</small>の花を表しています。</p>
<p>4日 パリパリサラダ 金山小、横田小、金山中ともに人気のパリパリサラダです。パリパリの正体はしゅうまいの皮<small>かわ あぶら あ</small>を油で揚げたものです。</p>	<p>5日 かつおぶし かつおぶしには「イノシン酸<small>さん</small>」という旨味成分<small>うまみせいぶん ふく</small>が含まれています。和食はこの旨味<small>うまみ い</small>を活かした料理<small>りょうり</small>でもあります。</p>	<p>6日 かみかみ献立 よくかむことは、全身<small>ぜんしん</small>の健康<small>けんこう</small>につながります。意識<small>いしき</small>してよくかんで食べるようにしましう。</p>	<p>7日 カレーライス カレーライスは、カロリー<small>たか</small>が高いので、給食ではサラダにヘルシーな海そう<small>かい い</small>を入れることが多いです。</p>	<p>8日 お祝い献立 会津のお祝いに欠かせないこづゆと、児童生徒に人気のからあげで卒業<small>そつぎょう</small>をお祝いします。楽しく食べてほしいです。</p>
<p>11日 野菜 1日にとってほしい野菜<small>やさい りょう</small>の量は350gです。給食では、汁物<small>しるもの</small>にも野菜<small>やさい</small>をたくさん入れるように工夫<small>くふう</small>をしています。</p>	<p>12日 ハンバーグ 給食のハンバーグには豆腐<small>とうふ</small>が入っています。豆腐<small>とうふ い</small>を入れるとやわらかく仕上がります。</p>	<p>13日 今年度の給食もあと少しです。給食当番<small>きゅうしょくとうばん</small>もありがとうございます。1年<small>ねん</small>を振り返り、給食<small>きゅうしょく</small>から何を学びましたか…？</p>	<p>14日 鳥取県 スタミナ納豆<small>なっとう</small>は、鳥取県<small>とっとりけん</small>倉吉市<small>くらよし</small>の給食センターの方<small>かた</small>が考えたレシピです。大人気<small>だいにんき</small>のメニューだそうです。</p>	<p>15日 防災献立 3月11日は東日本大震災<small>ひがしにほんだいしんさい</small>がありました。備えることは大切<small>たいせつ</small>です。備蓄食<small>びちくしょく</small>の味になれておく<small>そな</small>の備えのひとつです。</p>
<p>18日 ホワイトソース バター、小麦粉<small>こむぎこ</small>、牛乳<small>ぎゅうにゅう</small>でホワイトソースを作っています。クリーミー<small>つく</small>に仕上げるのがポイントです。今日はグラタン<small>しあ</small>で味わってください。</p>	<p>19日 お祝い献立 春<small>はる</small>が旬<small>しゅん</small>のわかめ<small>にんき</small>、人気のおかず<small>おあ</small>のとり<small>おお</small>のてり焼き、シューアイス<small>ひと</small>で1年間の修了<small>しゅうりょう</small>をお祝い<small>おお</small>したいと思います。楽しく食<small>たの</small>べてほしいです。</p>	<p>20日 春分の日</p> <p style="text-align: center;">祝日</p>	<p>21日 山口県 チキンチキンごぼう<small>やまぐちけん</small>は山口県<small>がっこうきゅうしょく ひる</small>の学校給食から広まり、山口県民<small>やまぐちけんみん</small>のソルフードとなったりょうり料理<small>あじ</small>です。味わって食<small>た</small>べましょう。</p>	<p>22日 修了式</p> <p style="text-align: center;">祝修了</p>

「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人々が支えあって「食べる」ことができます。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。

