



◆◆◆◆ひな祭りは別名「桃の節句」とも言われます。ひな人形を飾ったり、白酒やひしもちなどを供えて、子どもたちの健やかで幸せな成長を祈る行事です。◆◆◆◆

3月に入り、今年度の給食も残すところあとわずかとなりました。給食時間は、楽しく会食する時間とあわせて、食事のマナーを学ぶ場であり、スムーズに給食準備や後片付けをすることにより、協同・勤労についても学んでいます。今のクラスで食べる時間を大切に、健康な体を作るためにしっかり食べましょう。



3月3日はひな祭り(桃の節句)



ちらし寿司

海や野山の幸を色とりどりに盛り込んだ華やかなちらし寿司は、お祝いの料理にぴったりです。



はまぐりのすまし汁

はまぐりの2枚の貝殻は同じ貝同士しかぶつたり合いません。そこからよい相手と出会い幸せに暮らせますようにという願いが込められています。



ひしもち

赤、白、緑の三色のおもちを重ねて作られます。赤は桃の花、白は雪、緑は若草と三色で早春の美しい景色を表しています。



ひなあられ・おいり

ももとはひしもちを細かく砕いて作られ、色もひしもちと同じ三色でした。鳥取市では昔から水あめと干した米をからめた「おいり」が食べられています。

Table with columns for Date, Day, Main Dish, Milk, Main Course, Side Dish, Dessert, Food Group, Nutrition, and Theme/Message. It lists 10 days of school lunches with detailed descriptions and nutritional values.

※食品分類表の数字は、鳥取市産の食べ物です。食材調達の関係で、産地が変更になることがあります。また年度末になりましたので給食費精算にともなう献立の変更をすることがあります。 ☆鳥取市のホームページで「献立表」「食育だより」「給食レシピ」がご覧いただけます。



Main table containing the monthly menu schedule with columns for date, main dish, milk, vegetable, side dish, dessert, food groups, nutrients, and messages.

*食品分類表の太字は、鳥取市産の食べ物です。食材調達の関係で、産地が変更になることがあります。また年度末になりましたので給食費精算にともなう献立の変更をする場合があります。 ☆鳥取市のホームページで「献立表」「食育だより」「給食レシピ」がご覧いただけます。

卒業おめでとうございます

中学校3年生のみなさんには、9年間の給食にはたくさんの思い出があることと思います。これからは自分自身で食事を選択していく場面が増えてきます。将来の夢に向かって力をつけるためにも、主食、主菜、副菜、汁物のそろった栄養バランスのよい食事を心がけ、元気に過ごしてください。

1年間の食生活をふりかえり、出来たところに○をつけてみましょう。○がないところがある人は、○が増えるようにがんばりましょう。

1日3食、決まった時間に食べることはできましたか？

栄養バランスが整った食事をすることはできましたか？

苦手な食べ物も頑張って食べましたか？

よくかんで食べましたか？

食事のマナーを守って食べましたか？

食べ物を大切に、感謝して食べることができましたか？