



3月給食だより

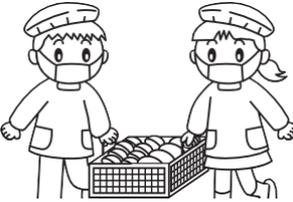
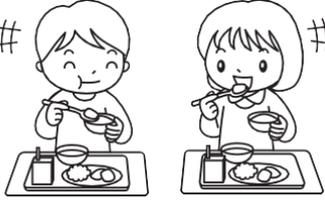
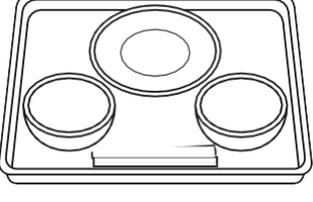
令和5年3月
墨田区立小梅小学校
校長 増淵 裕美
栄養職員 伊藤 知子

朝晩の冷え込みがだんだんとやわらぎ、日差しの温かさに春の訪れを感じます。
いよいよ今年度の給食も残りわずかとなりました。

1年間の給食を振り返りましょう!



この1年間の給食時間を振り返り、はい・いいえに○を、つけましょう。

<p>① 手洗いを忘れずにできた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>② 給食の準備を協力してできた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>③ 好き嫌いなく食べた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>
<p>④ よい姿勢でよくかんで食べた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>⑤ おいしく食べることができた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>⑥ 感謝の気持ちであいさつができた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>
<p>⑦ 後片づけがきれいになりました</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>⑧ はしを正しく使えた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>⑨ 食器をていねいに扱った</p>  <p>はい ・ いいえ</p>

「はい」はいくつありましたか？

「はい」に○がつかなかったところは、これから意識して取り組んでみましょう！

3月3日の献立紹介

五目手巻き寿司風
牛乳 すまし汁
いちごパフェ



桃の節句



3月3日「桃の節句」の行事食には、「はまぐりのすまし汁」や「ちらしずし」、「ひしもち」、「ひなあられ」などがあります。

給食では、手巻き寿司、紅白はんぺん入り「すまし汁」ひなあられをトッピングした「苺パフェ」を提供しました。



3月10日『東京都平和の日』

1945年3月10日、東京大空襲がありました。わずか2時間の空襲で東京は焼き尽くされ、多くの方が亡くなり、家を失いました。

戦時中は食べるものがなく、栄養失調や飢えで亡くなった人がたくさんいました。今、平和で食べられることのありがたさを給食をとおして考えてくれたらいいと思います。

3月10日の献立紹介

だいこんめし 牛乳
すいとん ししやも
蒸しさつまいも



給食レシピ「すいとん」

材料（4人分）

- | | | |
|---|----------------|-------------------|
| | ・とり肉（小間切れ）80g | ・だし汁 800g（4カップ） |
| A | ・しょうが汁 小さじ1/2 | ・にんじん（短冊切り）中 1/2本 |
| | ・清酒 小さじ1 | ・干し椎茸（戻して千切り）1枚 |
| | ・しょうゆ 小さじ1 | ・はくさい（短冊切り）2枚 |
| B | ・中力粉 100g | C |
| | ・やまといも | |
| | ・水 50g（1/4カップ） | ・しょうゆ 大1弱 |
| | ・塩 少々 | |

作り方

- ① Bをあわせて、よくこねる。平べったく一口大にちぎり、茹でて「すいとん」を作る。
- ② 下味Aを付けた鶏肉・野菜をだし汁に入れ煮る、調味料Cを加える。
- ③ ①のすいとんを加え、味を調べて仕上げる。

3月セレクト揚げパン「ココア」「シナモン」「抹茶ミルク」

3月8日、揚げパンのセレクト給食を実施しました。いつもは2択ですが、今月は「スペシャルセレクト給食」で、3種類から選びました。



結果発表！

「ココア」157人
「シナモン」160人
「抹茶ミルク」93人

