

ひな祭りのおはなし

毎年3月3日は、女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝いをする「ひな祭り」です。ひな人形や桃の花を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子をいただきます。季節の節目となる五節句（五節供）の一つ「上巳の節句」でもあり、季節の花にちなんで「桃の節句」とも呼ばれます。



ひな祭りの始まりは、平安時代までさかのぼります。古代中国から伝わった「上巳節」という厄払いの風習と、貴族の女の子たちの間で流行した人形遊びが結びつき、人形に災いを移して川に流す「流しびな」の風習が生まれました。その後、豪華なひな人形を飾るようになり、江戸時代には一般の人びとの間へも広がっていき、現代のようなひな祭りが行われるようになりました。

ひな祭りの食べ物

ひしもち

みどり、しろ、もも、緑・白・桃（ピンク）の3色を重ねた、菱形のもち。雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の様子を表現しているときれいですが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

ひなあられ

もとはひしもちを砕いて作られていました。関東と関西で大きく異なり、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ほどの丸形のあられが親しまれています。

白ざけ

桃の花びらを酒に浸した「桃花酒」を飲む風習がありましたが、江戸時代に「白酒」が売り出されると、たちまち人気を集めて定番しました。白酒はアルコールを含まないため、子ども向けには、米麹から作る甘酒などが用いられます。

ちらしずし

酢飯の上に、縁起の良い食べ物、旬の食べ物を彩りよく散らしたお寿司。ひな祭りの食べ物として定着したのは最近のことで、もとは、塩漬にした魚と米を発酵させた「なれずし」が食べられていたとされています。

はまぐりのうしお汁

はまぐりは、対になった貝殻でないと形がぴったり合わないことから、夫婦円満の象徴とされています。良い縁に恵まれて、幸せになれるようにという願いが込められています。

各地のひな菓子

1年間の振り返りをしよう!

いよいよ3月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか？ この1年間の振り返り、できたことをチェックしてみましょう。

給食の前に 手をきれいに 洗えましたか？	食事のあいさつは 心を込めて 言えましたか？ いただきます	おはしを正しく使う ことができましたか？
よくかんで味わって 食べられましたか？	バランスの良い 食事のとり方が わかりましたか？ バランス	自分に必要な量を 考えて食べること できましたか？
地域でとれる食べ物を 知ることができましたか？	行事食や郷土料理 について知ること できましたか？	楽しい給食時間を 過ごせましたか？

お忘れないうでね

明日で最後か...
 給食と別れるのがお別れの元氣さ、卒業するのさよなら...
 卒業するのさよなら...
 でもねわたしは、あなたの元氣さ、卒業するのさよなら...
 これからも、きちんと食べて元氣でいてね
 Hug!!

卒業生はもうすぐ最後の給食です。これからも食べることを大切に!

令和7年度 お楽しみ献立人気ランキング

- | | | |
|-----|----------------|--------|
| 第1位 | ごはん | 4回 |
| 第2位 | ポークカレー | 2回 |
| | 辛味豆腐汁 | 2回 |
| | 春雨サラダ | 2回 |
| 第3位 | わかめごはん | から揚げ |
| | 豆腐ハンバーグ | じゃこサラダ |
| | 大豆とさつまいものカリカリ揚 | etc 1回 |



第1位は、「ごはん」でした。ごはんと組み合わせるとおいしいおかずを各学校で考えてくれました。今年のお楽しみ献立のコメントの中には、「みんなで楽しく食べたい」「栄養や献立のバランス」というキーワードがどの学校からも寄せられました。家庭科の授業でならったことを活かして、食事の時間を楽しく過ごすこと、健康な体をつくる給食をみんなで考えることができましたね！来年度もたくさんのアイデアを出しながら献立作りをしていきましょうね！

給食レシピ 鶏肉のから揚げ

- ▼材料(4人分)
- | | | |
|---------|--------|-----|
| 鶏もも肉皮なし | 60g | 4切れ |
| おろし生姜 | 小さじ1/2 | |
| おろしにんにく | 小さじ1/2 | |
| 酒 | 小さじ1強 | |
| しょうゆ | 大さじ1強 | |
| かたくり粉 | 大さじ3 | |
| あけ油 | 適量 | |



- ▼作り方
- 調味料を混ぜ合わせる。
 - ①に鶏肉を加え、下味をつける。(1時間~1時間半ほど)
 - ②にからくり粉をまがし、油で揚げる。
- 今年度も「給食のから揚げの作り方を教えて！」というコメントが届きました！人気メニューの代表格です。ぜひ、お家の人と一緒に試してみてください。お弁当のおかずにもおすすめです。