

きゅうしょく 給食だより 3月号

令和6年3月
大阪府立東淀川支援学校

はる おとす かん 春の訪れも感じられるようになり、今年度も残すところ 1ヶ月となりました。給食時間や自分の食生活をふり返り4月に比べて、食べられるようになったものや、食べられる量が増えたりとできることが増えたのではないのでしょうか。3月3日は桃の節句。桃の節句は、女の子の健やかな成長を祝う日といわれますが、すすくと育つ子どもたちの卒業や進級などの大切な節目にあたり、新しいステージへと踏み出す力となるようエールを送りましょう。

まっ ひな祭り

た 食べ物豆ちしき



桃の節句
です！



ひしもち

あか しろ みどり 赤・白・緑の3色のおもちを重ねて作られます。赤には魔除け、白には清らかさや長寿、緑には健康と厄除けの願いが込められているといわれます。



はまぐり

はまぐりの2枚の貝殻は同じ貝殻しかぴったり合いません。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。



ひなあられ

もともとひしもちをこまかく砕いて作られ、色もひしもちと同じ3色でした。関東地方では後に甘い米菓子(ポン菓子)に変わっていききました。



あまざけ
甘酒

蒸したもち米とみりんなどを仕込んだお酒でこどもは飲めません。もともと桃の花を浮かべたお酒で長寿を願ったのが始まりとされます。甘酒にはアルコールのないものがあります。そちらかジュースで楽しみましょう。

できていたかな？

きゅうしょく 給食の準備や
あとかたづ 後片付けを
えいせいでき 衛生的にする



あさごはんを、
まいにち 毎日きちんと
たべ 食べる



たべもの 食べ物の
はたらきと おもな 栄養素を
えいようそ 知り、
バランスを 考えた
しよくじ 食事をする





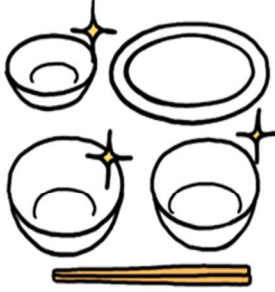

しよくじ 食事にかかわる
おおく 多く
のひとや 自然の
めぐみ 恵み
に感謝して 食べる

きちんとできたかな？できなかったことは、きをつけていこうね。





















「ありがとう」の気持ちを表していますか？

給食はみんなのことを大切に思う、多くの人の温かい気持ちや協力のうえに成り立っています。この1年間をふり返り、みんなの「ありがとう」の気持ちが伝えられていたか、食べ方からチェックしてみましょう。

			
<p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを毎日しっかりできた。 (○ △ ×)</p>	<p>よくかんで、味わって食べることができた。 (○ △ ×)</p>	<p>好ききらいをしないで、残さずに食べることができた。 (○ △ ×)</p>	<p>後片付けもきまりを守ってしっかりできた。 (○ △ ×)</p>
<p>食べ物の命をいただき、多くの人の努力に感謝の気持ちをこめ、大きな声であいさつしましょう。</p>	<p>よくかんで味わい、おいしく食べてくれると、作った人は本当にうれしくなるのです。</p>	<p>みんなのことを考えて、一生懸命に作ったメニューです。本当はいつも全部食べてほしいな。</p>	<p>ありがとう。みんなの協力のおかげで給食室の後片付けもスムーズに気持ちよくできます。</p>

給食の時間を通して学んだことをふりかえろう！

😊 よくできた 😊 できた ☹️ あまりできなかった

<p>① エプロンの着替えは衛生的に行わなければならないことがわかった。</p>			
<p>② はしを正しく持って使うときれいに食べられることがわかった。</p>			
<p>③ 楽しく食べるためには、みんながマナーを守らなければならないことがわかった。</p>			
<p>④ 食べ物をむだにしないことの大切さがわかった。</p>			
<p>⑤ 「給食時間」を意識して行動することができるようになった。</p>			
<p>⑥ いつもよくかんで食べることができるようになった。</p>			
<p>⑦ 栄養バランスを考え、自分にあつた量を食べることができるようになった。</p>	