

給食センターからこんにちは

3月の中学校の献立より…



☆平成 24 年 3 月 12 日(月)の給食紹介☆

中学校

エネルギー:892kcal たんぱく質:29.9g

- ★お赤飯 (ごま塩)
- ☆エビフライ (ソース)
- ★ほうれん草和風サラダ
- ☆お祝いすまし汁
- ★お祝いケーキ
- ☆牛乳

お祝いの料理「赤飯」

赤飯は、小豆またはささに煮汁とともにもち米に混ぜ、蒸した赤いご飯のことです。「強飯 (こわめし)」「おこわ」とも言います。

昔は赤い色は邪気を払い、厄をよける力があるとされ、凶事に魔を退けるために赤いご飯を食べる風習があったそうです。しかし今では、赤飯はお祝いの料理として入学式や卒業式、誕生日、七五さん、成人式、結婚式、出産祝い、還暦祝いなど、健やかな成長を願う時や、人生の節目、将来の幸せを願う行事にかかせない料理になっています。

卒業・進級おめでとう給食

3年生の卒業と1・2年生の進級おめでとう給食です。3年生のみなさんは、これで小中学校9年間食べてきた給食とお別れです。

当日の教室訪問で、「今日で給食も最後だね。」と話したところ、「そうですね。」とあっさりとした反応であったり、「9年間ありがとうございました。」と言ってくれたり、反応はさまざまでした。最後の給食も楽しく、いつも通りに食べている様子を見て、とてもうれしく思いました♪

これから食事を自分自身で選択したり、作ったりする機会が増えます。健康で、毎日元気に過ごすためにも、栄養バランスを考えて、3食きちんと食事をとってほしいと思います。

3年生のみなさん！

ご卒業おめでとうございます！

卒業式

