

3月

とき健幸給食

そつぎょう
ご卒業おめでとうございます!

3月6日(木) 中学校

赤飯 みそカツ
野菜のゆかりあえ 五目汁
からすみ 牛乳

3月21日(金) 幼稚園

麦ごはん 豚肉のおろし焼き
白菜の昆布あえ
のっぺい汁
お祝いゼリー 牛乳

3月24日(月) 小学校

赤飯 みそカツ
こまつなのおかかあえ
けんちん汁
お祝いゼリー 牛乳

～3月の「とき健幸給食」～

1年間を振り返り、

お祝い献立を食べよう!



お祝いの気持ちを込めて…

○ 赤飯

赤飯は、昔からお祝い事の際に
食べられてきた日本の伝統料理です。

赤い色は昔からおめでたい色として大切にされてきました。

昔は白い米も、もち米も貴重なもので、お祝い事のある時に、「ささげ」という豆で赤く色をつけて炊き、神様に供えたり、祝いの席でふるまわれたりしていました。このささげも、神様に「ささげる」豆という意味で、この名前がついたと言われていいます。

日本の代表的な伝統料理です。日本の食文化の一つとして大切にしていきましょう。



とき健幸給食を振り返ろう。



1年間テーマをもって毎月「とき健幸給食」を実施してきました。児童生徒は、1年間のまとめクイズを当日行います。クイズを通して、自分の生活を振り返り、食に興味を持ち、健康について改めて考えるきっかけになればと思います。

ご家庭でも、ぜひ話題にしてみてください。

