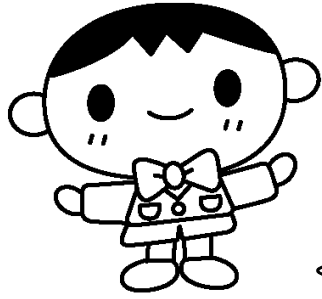




給食だより



1年も終わりに近づき…



1年も終わりに近づき、進級や卒園の季節です。子ども達は4月に比べて心身共に大きく成長しました。いろいろな食材や料理に触れることによって子どもの「食」に関する意欲は育ちます。また、いろいろな食材が食べられることはたくさんの栄養を摂ることに繋がります。これからも何でも食べて健やかに成長してほしいです。



ひな祭り

女の子の健康と成長を祈るひな祭り。

中国から伝わった五節句のひとつである「上巳の節句」に由来します。中国では川で身を清める習慣があったことから、平安時代はそれにならって紙の人形に自身の穢れや厄をうつして川に流す「流し雛」をしていたそうです。人形がだんだん立派になり、貴族の子どもの中で「ひいな遊び」と呼ばれる人形を使ったおままごとが流行ったそうです。この遊びが江戸時代にひな祭りへと変化し、女の子のための行事として家に人形を飾る風習が定着したようです。

ひな祭りにまつわる食べ物



ひしもち



緑・白・桃の3色のお餅
桃色「健康の祝い」
白色「清浄の表し」
緑色「もえる若草」

上記の意味にたとえられているそうです

ひなあられ



神様を祭る時の保存食として作られたのが始まりと言われています。春夏秋冬を表す「桃・緑・黄白の4色」が元々の色だったようです。

はまぐりの潮汁



はまぐりは2枚1対となっており、ほかの貝殻とは模様や形が一致しません。女の子がお嫁に行くときにははまぐりのように夫婦仲良くという意味があります。

食事マナー

きれいな食べ方は、周囲の人に対する食事マナーでもあります。



ひじをつかない。



食べこぼさない。



立ち歩かない。



音を立てて食べない。

今月の郷土料理と世界の料理

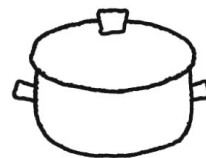
12日(火) 「ジューシー」沖縄県

豚肉のゆで汁と昆布だし、ひじきや人参などの野菜と一緒に炊きこんだ沖縄風の炊き込みごはん。冠婚葬祭の席や季節の行事などでふるまわれる料理で家族の健康と子孫繁栄を願って作られる。



27日(水) 「マリトッツォ」イタリア

イタリア発祥の、パンにたくさんのクリームを挟んだ伝統的なお菓子。起源は古代ローマにまで遡ると言われている。イタリアではカフェでの朝食としても食べられている。



注目されるだし



日本食が注目されるとともに、だしも注目されています。だしがきいていることで、素材の味が生かされ、薄味でもおいしく食べられます。煮干し・昆布・かつお厚削りなどを一晩水に漬けておくだけで、簡単にだしがとれます。

- 昆布…上品で控えめな、うま味。素材の味わいを大切にする料理に
- 煮干し…こくのある、うま味の強いだし。味噌汁・煮物などにぴったり
- かつお…香りの良い、うま味のきいた上品なだし。素材の味を生かしたいときに
- かつお厚削り…うま味の強い濃厚なだし。麺類・煮物・濃い味つけ向き

