

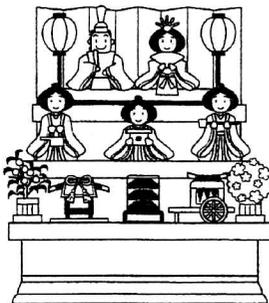
3月 給食だより

ねりまくりつ ほしとしょうがっこう
練馬区立 橋戸小学校

暖かい日差しの中に、野の花を見つけられる季節になりました。
今年度もあとわずかです。4月からはそれぞれ新しい学年に進級ですね。6年生はいよいよ巣立ちのときを迎えます。給食のひとつも、楽しい思い出のひとつになってくれればと思います。

3月3日はひなまつり

ひなまつりは、身についた病魔などを流そうと、草やわらで作った人形で体をなでて病魔をうつし、海や川に流しおはらいすることに始まったといわれています。



今では、女の子の健康と成長、幸福を祝う行事として知られています。雛人形を飾り、邪気を払うとされる桃の花と、ひし餅などを供えます。



はまぐりのうしお汁
一匙の貝が毎年の貝と決まらずに変わることから、天津円洲の産物といわれています

★今月のこんだてより★

3日 橋戸小の献立は

ひなまつりりちらし
なのはなのからしあえ
うすくずじる です。

使用野菜の予定産地		
たまねぎ・・・北海道	にんじん・・・千葉	じゃがいも・・・北海道
キャベツ・・・愛知	にら・れんこん・・・栃木	白菜・・・茨城
きぬさや・・・愛知	さつまいも・もやし・栃木	ごぼう・・・青森
にんにく・・・青森	生姜・・・長崎	ねぎ・・・千葉
えのき・・・長野	セロリ・・・静岡	なのはな・・・埼玉
こまつな・・・埼玉	チンゲンサイ・青森	だいこん・神奈川 他



正月の祝い膳や結婚式など、おめでたい時に「祝いばし」を使います。これは、神事や祝儀など「晴れの白」に使う中太向細の向口ばしで「柳ばし」といいます。柳は白く清浄で、春先に芽をだすめでたいもの。また、長さも八寸(約24cm)で末広りの縁起物といわれています。



おめでたい日の赤飯

もち米と小豆やささげなどを蒸した赤飯は、お祝いの席などでよく食べられます。これは、赤い色には邪気をはらうという意味があるからです。もともとは、凶事の時に赤飯を用いていましたが、「凶をかえして福にする」という縁起直しから慶事に食べられるようになったといわれています。現在でも、仏事に赤飯を食べる地域もあるようです。

食卓の基本 あいさつをしよう



××××× やめよう! ながら食べ ×××××

- テレビを見ながら
- メールをしながら
- 本や雑誌を読みながら
- ゲームをしながら

何かほかのことをしながら食べる「ながら食べ」は、食べこぼしをしたり、発音が悪くなったりするので、やめましょう。

早寝早起き朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク