

# 3月 給食だより

●発行日●平成 31 年3月1日発行  
●発行者●守谷市立学校給食センター  
TEL(48)0253/FAX(48)5388

今年度最後の月になりました。1年間の食生活をふり返り、新しい学年にむけて目標をもちましょう。

## 1年間をふりかえってみよう！

<p>しよくじ まえ て あら 食事の前に手を洗った</p> 	<p>きょうりょく きゅうしよく じゅんび 協力して給食の準備 をした</p> 	<p>しよっき はし ただ つか 食器や箸を正しく使って 食べた</p> 
<p>ただ しせい た 正しい姿勢で食べた</p> 	<p>す 好ききらいをせずに残さ ず食べた</p> 	<p>たの 楽しい雰囲気 で食べた</p> 

今年度できなかったことは来年度できるようにしましょう！



## 卒業お祝い献立



小学校6年生そして中学校3年生のみなさん、卒業おめでとうございます。中学校では12日(火)、小学校では18日(月)の給食は卒業をお祝いした献立になっています。お楽しみに！

### メニュー

せきはん しろ ぎゅうにゅう とり (中学校) あ とりにく や (小学校)  
赤飯・ごま塩、牛乳、鶏のから揚げ・鶏肉のバジル焼き

ごぼうサラダ、すまし汁、プチロールケーキ



## お祝いの日はどうしてお赤飯

お赤飯のルーツは「赤米」です。日本に伝えられた当初の赤米は、はじめのうちはあまり実がならず、とても貴重なものでした。そのため、「ハレの日」の神様へのお供えものにしていました。

その後は、普段の日を意味する「ケの日」にはかたいお粥のようなものを食べ、特別な日(ハレの日)には「赤米」を混ぜてかためのご飯にして食べるようになりました。赤飯のことを「おこわ」ともいいますが、これはかたいご飯のことを強飯(こわめし)といったことからきています。ハレの日に赤飯を食べるのは、こんな風習から生まれました。やがて赤米が手に入らなくなり、かわりにあずきやささげを混ぜるようになりました。

