



# 3月給食だより



今年度もいよいよ最後の月となりました。3月はまよりの月です。毎日の給食を通して、できるようになったことや、新たな気づきはありましたか？一年間の自分自身の給食時間を振り返ってみましょう！

## 1年間の給食を振り返りましょう!

「新しい生活様式」バージョン

この1年間の給食時間を振り返り、よくできたことに○を、時々できたことに△を、できなかったことに×をつけましょう。□は、自由に書きましょう。

給食の前にしっかりと手を洗った。	手を洗うときや、給食を配膳するときなど、前の人と間をあけて並べた。	給食当番のときに、身したくをきちんできた。
食べる時以外、マスクをしていた。	「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつがきちんできた。	前を向いて、静かに食べられた。
よくかんで味わって食べることができた。	自分に必要な量を意識して、なるべく残さず食べられた。	給食を通して、 が学べた。

## ご卒業おめでとうございます

友達や先生方との別れは寂しいけれど、夢と希望に満ちた新しい道への第一歩です。これから先も食べることは一生続きます。そして、私たちの体は食べたものでつくられていきます。給食を通し、栄養バランスをはじめ、地域の食文化、人を思いやる気持ちなど、さまざまなことを感じ、学んでくれていたらうれしいです。

### ～給食物資の産地等～

学校給食の物資は、国の基準に基づき市場に流通しているものを使用しております。学校給食に使用する食材の産地等(予定)は以下のとおりです。野菜等の産地については、市場での調達により産地がかわるため、2月の実績を掲載しております。

○牛乳

種類	産地
牛乳	神奈川県、千葉県、栃木県、群馬県、宮城県、岩手県、北海道

○米

種類	産地
精白米	埼玉県(2年度産)

○肉

種類	産地
豚肉	岩手県
鶏肉	山梨県、宮城県

○魚介類

種類	産地
はがつお	長崎県
鮭	北海道
真鯛	愛媛県
ホキ	ニュージーランド
メルルーサ	アルゼンチン

○野菜等(2月使用実績)

種類	産地
たまねぎ	北海道
にんじん	千葉県、東京都(東大和市)
キャベツ	愛知県、東京都(東大和市)
はくさい	東京都(東大和市)
ねぎ	東京都(東大和市)、栃木県、千葉県、埼玉県
だいこん	神奈川県、東京都(東大和市)
ごぼう	青森県、東京都(東大和市)
こまつな	茨城県
ほうれんそう	東京都(東大和市)
きゅうり	群馬県、宮城県
じゃがいも	鹿児島県
ピーマン	宮城県
みかん	静岡県

学校給食は、栄養バランスに優れ、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教育の一環として行っています。また食材については国の基準に基づき安全なものを使用し、さらに給食課でも放射性物質検査を行うなど安全性を確認しております。こうした学校給食の趣旨と安全性についてご理解いただけますようお願いいたしますが、それでも給食喫食や牛乳飲用に、ご不安がある場合には、学校へご相談ください。

## ひなまつりクイズ

3月3日、ひなまつりについてのクイズです。AとB、どちらが正しいのか考えて、正しい方を○で囲みましょう。

**Q1** ひなまつりにお供えるおもちの形はどっち?  
A: B:

**Q2** おもちは、赤(ピンク)・白・緑の3色で作られることが多いですが、何を表している?  
A: B:

**Q3** ひなあられは、おもに何からできている?  
A: B:

**Q4** ひなまつり料理の汁物に使われるハマグリ、漢字で書くとどっち?  
A: B:

**Q5** ひなまつりに食べられる料理には、どんな願いがこめられている?  
A: B:

こたえ

Q1=A(ひし形に切った三段の「ひしもち」をお供える)  
Q2=A(雪(白)の下に新芽(緑)が出て、桃の花(赤)が咲いているという春の風景)  
Q3=B(うるち米を磨いて作るポン菓子や、もち米から作る丸いあられなどがある)  
Q4=A(2枚の貝がらがつり合うハマグリは、仲の良い夫婦を表す。Bはシジミと読む)  
Q5=B(特に女子の健康や成長を願って、ちらし米などの料理が作られる)

**ちらしずし** ひな祭りに食べられるようになったのは、最近のことです。おせち料理と同じように、エビやれんこんなど、縁起の良い食べ物が使われます。

**ひなあられ** 関東地方では米粒形のポン菓子、関西地方では丸形のあられと、味や形が異なります。春夏秋冬を表す「桃・緑・黄・白」の4つの色が付けられているのが特徴です。

**はまぐりのお吸い物** はまぐりは、対になっている貝殻でない形がびっぴり合わないため、「将来、良い相手と出会って幸せになれますように」という願いを込めて使われます。

**ひしもち** 厄を払うとされる「よもぎ」入りの草もちをひし形にしたのが始まりとされています。春の景色を表す「桃・白・緑」の3色が使われることが多いですが、地域によって色や形はさまざまです。

1年間よくがんばりましたね!

### ～お知らせ～

\* 給食センターでは、多くの献立で調理器具を共用しています。また、食料を製造している食品工場内等でも、各種アレルギー食品を取り扱っています。従って、アレルギー食品として表に記載されていない場合でも、少量混入する可能性があります。\*ドレッシング等の調理加工品は、4月～9月、10月～3月の半期ごとに変わります。

### ～保護者の皆様へ～

当市の給食では、そば、落花生(ピーナッツ)、くるみ、カシューナッツは使用していません。食物アレルギーのあるお子様で、学校で特別な配慮を必要とする方は、学校へ学校生活管理指導表のご提出をお願いいたします。また、アレルギー等の理由により牛乳・乳飲料\*の停止を希望する場合は、学校へ申請書を提出してください。この際、停止できるのは飲用牛乳・乳飲料\*のみです。緑茶、りんごジュース等の飲料は提供されますので、ご注意ください。\*令和2年4月から、牛乳停止の申請に伴い、乳飲料も停止することとなりましたので、ご注意ください。

\* 東大和市公式ホームページにて、献立、レシピ集、学校給食摂取基準等の内容を掲載しております。アクセス方法:「東大和市公式ホームページ」→「子育て・学校」→「学校教育」→「学校給食」→「学校給食の献立について」、「なつかしくてあたたかい! 東大和市のおいしい給食レシピ集!」、「栄養」

