

3月給食だより

3月のめあては
「一年間をふり返ろう」です。



いちねんかん きゅうしょく かえ 一年間の給食をふり返ってみよう

今の学年で過ごすのもあと1カ月です。そこで、この一年間の食事の仕方や給食時間の過ごし方などふり返ってみましょう。下の表を見て、「できた」という項目に○をつけてください。できなかった項目がある人は、次の学年に上がるまでに「できた」と言えるよう、取り組んでくださいね。

<p>給食前にしっかり 手を洗うことができた</p>	<p>手洗いや給食の配膳 時に間隔をあけて並ぶ ことができた</p>	<p>給食当番のときに きちんと身支度が できた</p>	<p>食べる時以外は マスクを着けることが できた</p>
<p>「いただきます」 「ごちそうさま」の あいさつができた</p>	<p>前を向いて静かに 食べることができた</p>	<p>よくかんで味わって 食べることができた</p>	<p>食べ物に興味を 持つことができた</p>

クイズ☆ひなまつり

Q1 ひな祭りに食べるものはどっち？



Q2 ひな祭りのお吸い物に入れる具はどれ？

①あさり ②はまぐり ③しじみ



Q3 ひし餅の色の並び順が正しいのは？

【上から】①桃色・白・緑 ②緑・桃色・白

このまじり、良い相手巡り合えるように願いが込められています
桃色は桃の花、白は雪、緑は草木の芽吹
様子を表しています

①-③ ②-② ②-① ③

おうちde給食！作ってみよう

<サワラのみぞれかけ>

材料 (4人分)

サワラ (切り身)	4切		
料理酒	適量		
片栗粉	適量	だいこん	1/8本
酢	小さじ2	塩	小さじ1/3
砂糖	大さじ1	揚げ油	適量



作り方

- ① サワラは料理酒を両面にふりかけてしばらく置き、水気が出たらキッチンペーパーで拭き取る。
- ② ①に片栗粉をまぶし、175℃の油で5~6分を目安に揚げる。
- ③ 小鍋にすりおろした大根・塩・砂糖を入れて火にかけて、全体を混ぜ合わせる。塩と砂糖が溶けたら火を止め、酢を入れる。
- ④ ②に③をかけて完成！