

3月 給食だより



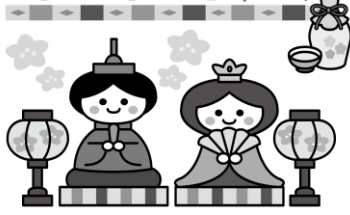
ちらしずし



ひなあられ

3/3

ひな祭り



3月3日は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源とされます。

カジワラファームさんより「卵」を無償提供していただきます！
8日(金)ふわふわ丼に使用します！楽しみにしていてくださいね♪



給食から、どんなことを学びましたか？

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。

今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかりと食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人々の支えがあって「食べる」できています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。



五目うどん



【材料】

- ・鶏もも肉こま切れ・・・ 50g
- ・ゆでうどん麺…………… 230g
- ・にんじん…………… 60g
- ・たまねぎ…………… 90g
- ・かまぼこ…………… 40g
- ・油揚げ…………… 1枚
- ・乾しいたけ…………… 1枚
- ・小ねぎ…………… 15g
- ・かつお節…………… 10g
- ・昆布…………… 3g
- ・こいくち醤油…………… 大さじ1
- ・うすくち醤油…………… 小さじ4
- ・清酒…………… 小さじ1
- ・三温糖…………… 小さじ1
- ・本みりん…………… 小さじ2
- ・水…………… 600cc

【作り方】

- ① かつお節と昆布でだしをとる
- ② にんじん、たまねぎは千切り、かまぼこ、油揚げは薄く切る。乾しいたけは水で戻し千切り。小ねぎは小口切りにする。
- ③ だしの中に鶏肉を入れ、煮えたらにんじん、たまねぎ、油揚げを入れる。
- ④ かまぼこ、うどん麺を入れてさらに煮る。
- ⑤ 調味料を加え味をととのえる。
- ⑥ 最後に小ねぎを入れる。



給食では、四井製麺所さんが学校給食用に開発した、宇佐市産の小麦で作った時間が経っても伸びにくいうどん麺を使用しています

