



いただきます

令和4年3月24日
生の松原特別支援学校
栄養教諭 井家 華織

寒さが和らぎ、待ちに待った暖かい春はすぐそこまで来ています。さて、今年度も最後のおたよりになりました。昨年度に引き続き、今年度も新型コロナウイルスによる制限がある中での1年でしたが、無事に給食も終えることができました。来年度も引き続き、安全でおいしい給食提供に努めていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



1年間をふりかえろう！

★ 食事の前に、手洗いをしましたか？ ()

★ 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができましたか？ ()

★ 正しい姿勢で食べることができましたか？ ()

★ 食事の時、お皿を持って食べることができましたか？ ()

★ 苦手な食べ物にチャレンジしましたか？ ()

まいにち しょくせいかつ
毎日の食生活をふりかえってみましょう。

よくできたら○を、あまりできなかった・これからがんばりたいものには●を、

() の中に、書いてみましょう。

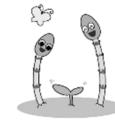
○のところは、これからもつづけましょう。

●のところは、来年度の目標にしてがんばりましょう。

いけっとも応援しています♪



4月の献立より



季節の献立として、『ポテトドレッシングサラダ』『春キャベツのスープ』『さわらのみそだれ焼き』『清見みかん』『春キャベツサラダ』『菜の花ふりかけ』、郷土料理として、『がめ煮(福岡県)』『世界の料理として、『ミネストローネ(イタリア)』、『四川豆腐(中国)』、入学・進級祝いとして、『赤飯、紅白なます』を取り入れています。

季節の野菜 『春キャベツ』

春に回るキャベツは、葉の巻きがゆるく、柔らかくてみずみずしいのが特徴です。

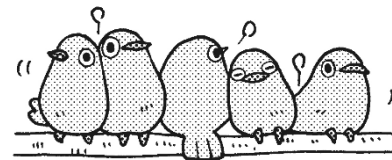
今月の給食では、サラダやソテー、スープに入れています。柔らかい食感を味わって食べてほしいと思います。



入学・進級祝い 『赤飯』



赤飯とは、小豆または、ささげを煮汁とともにもち米に混ぜ、蒸した赤いご飯のことで、「強飯」「おこわ」ともいいます。昔、赤い色には邪気を払い、厄をよける力があるとされていました。そのため、魔除けの意味を込めて、赤いご飯が食べられていました。今では、入学式や卒業式、結婚式、還暦祝いなど、健やかな成長を願うときや人生の節目、将来の幸せを願う行事に欠かせない料理になっています。給食では、ごま塩をかけて食べます。



新学期の給食は、
4月8日(金)からスタートします♪

1年間、給食だより「いただきます」をご覧いただき、ありがとうございました！

あっという間の1年間でしたが、4月から新しい学校へ異動することになりました。

毎日の給食を通して、子ども達から元気をもらう日々だったので、

とてもさびしく感じています。また新しい学校でも生の松原特別支援学校での

経験を活かして頑張りたいと思います。本当にお世話になりました。

栄養教諭 井家 華織

