



# ほほえみだより



令和5年3月号

松伏町学校給食センター TEL992-2161 FAX992-3192 (253号)

今年度も残すところ、あとひと月になりました。残りの日々を大切に、お友達や先生方と楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。さて、3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。この1年間の食生活を振り返るとともに、自分自身の健康についても考えてみましょう。

1年間を振り返ってみましょう。  
できていたら、( ) に○を書きましょう。



食事の  
前必ず手を洗った。



( )

食事のマナーを  
守ることができた。



( )

苦手な食べ物にも  
挑戦できた。



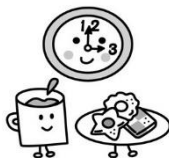
( )

朝ごはんを  
毎日食べた。



( )

おやつ  
の時間と量を決めて食べた。



( )

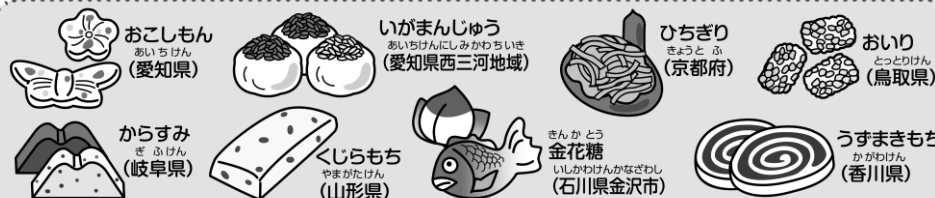


## 3月3日 ひな祭り

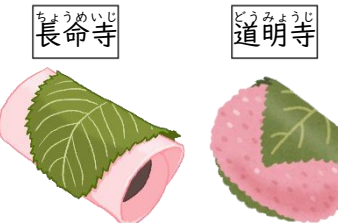


女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いする「ひな祭り」。ひな人形や桃の花を飾り、ちらし寿司やハマグリのお汁などをいただきます。そして、ひな祭りのお菓子といえば、ひしもちとひなあられが代表的です。ひしもちは、ひし形をした「桃・白・緑」の3色のもちを重ねたものが定番で、ひなあられは、関東地方では米粒の形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmの丸い形のあられが親しまれています。ほかに、全国各地にさまざまなお菓子がありますので、一部をご紹介します。

### 地域色あふれる ひな祭りのお菓子



ピンク色が可愛い桜もちを食べてひな祭りをお祝いすることも多いですが、元々は、江戸時代に長命寺というお寺の門番がお墓参りの人々をもてなすために提供したのが始まりと言われています。桜もちには、2つのタイプがあります。1つは、小麦粉でクレープのような生地にあんをはさんである関東風の「長命寺」。もう1つは、道明寺粉というもち米を乾燥した粉を使い、つぶつぶとしたお餅にあんが包まれている関西風の「道明寺」。



今年の給食では関西風の「道明寺」を提供します。



1年間ありがとうございました!