

	月	火	水	木	金
日 主食 主菜 副菜	<p><b>1年間、ありがとうございました</b></p> <p><b>卒業おめでとう</b></p> <p><b>卒業生の皆さんへ</b></p> <p>ご卒業おめでとうございます。心も体も成長途中の皆さんにとって、食事から栄養をしっかりとること、食事を楽しむことが何より大切です。給食を通して学んだことを思い出しながら、毎日の食生活をよりよいものにしてほしいと願っています。</p>		<p><b>お弁当持参の日</b></p> <p>給食はありません お弁当を持って きましょう</p> 	<p><b>2</b></p> <p>ターメリックライス メキシカンポークソテー フレンチサラダ 沼津産みかん</p> 	<p><b>3</b></p> <p>ちらしずし さわらのさいきょう焼き おひたし すまし汁 ひなあられ</p> 
一 〇 メ モ				<p><b>みかん</b></p> <p>みかんは江戸時代から食べられていると言われていて、現在では世界中に100を超える品種があります。皮がむきやすく、種なしで食べられる手軽さから、カナダやアメリカではテレビを見ながらでも食べられるという意味で「テレビオレンジ」「テレビフルーツ」と呼ばれるほど人気だそう。今日は沼津市産のみかんです。</p>	<p><b>ひなまつり</b></p> <p>3月3日はひなまつりです。ひなまつりは女の子のすこやかな成長と幸せを願う行事で、中国から伝わったとされる「五節句」の一つです。ひな人形や桃の花をかざり、ちらしずしやまぐりなどをいただきます。桃の花が咲く時期と重なることから「桃の節句」とも呼ばれています。また、地域によってまんじゅうやもちなど食べるお菓子がちがいます。</p>
日 主食 主菜 副菜	<p><b>6</b></p> <p>麦入りごはん さけのマヨネーズ焼き なめたけあえ みそ汁 焼きプリンタルト</p>	<p><b>7</b> 函南町ふるさと給食</p> <p>ソフトめん 函南トマトのミートソース チーズロール コールスローサラダ 函南いちご</p>	<p><b>8</b></p> <p>麦入りごはん ヒレカツ アーモンドあえ 国清汁 デコボン</p> 	<p><b>9</b></p> <p>卒業式総練習</p> <p>給食はありません。</p>	<p><b>10</b></p> <p>ナン キーマカレー ミモザサラダ 牛乳寒天〜いちごのせ〜</p> 
一 〇 メ モ	<p><b>さけ</b></p> <p>「サーモンピンク」と言われるように鮭の身はきれいな色をしています。ですが、鮭の身はもともとは赤くありません。鮭の身の色はエサとして食べているオキアミなどの甲殻類（こうかくるい）に含まれているアスタキサンチンというものによって色がついています。鮭は肉に負けないほど良質なタンパク質が多く含まれているので、苦手な人も食べてみましょう。</p>	<p><b>ふるさと給食</b></p> <p>函南町ではトマトがたくさんとれます。今日はJA富士伊豆農協さんから地元のおいしいトマトをみなさんに味わってほしいと、トマトを無償（むしょう）でいただきました。そのトマトをたくさん使ってミートソースを作ります。感謝していただきます！いちごは函南産の紅ほっぺです。</p> 	<p><b>国清汁</b></p> <p>国清汁は鎌倉の建長寺（けんちょうじ）が発祥（はっしょう）のけんちん汁（けんちんじゆ）をもとに、葦山の国清寺（くにきよのら）の名前をとって国清汁（くにきよじゆ）と名づけられました。国清汁はみそ汁（みそじゆ）やけんちん汁（けんちんじゆ）には入れないお米のとぎ汁（とぎじゆ）を入れるのが特徴（とくちょう）です。お米のとぎ汁を入れることで、味に深み（ふかみ）とまろやかさ（まろやかさ）を出してくれます。</p>	<p><b>お知らせ</b></p> <p>4年生以下は、午前中で下校になります。お弁当はいりません。5,6年生はお弁当を持ってきましょう。</p> 	<p><b>ミモザサラダ</b></p> <p>ミモザサラダのミモザとは木の名前です。3月〜4月に黄色い小さい花を咲かせます。西洋では黄色は春を象徴（しょうちょう）する色とされていて、黄色い花は寒くきびしい冬が終わり、あたたかな春が来たことを告げる「幸せの花」と言われています。給食ではたまごを使ってミモザの花の黄色を見立てました。どんな花が気になる人はぜひ調べてみてください。</p>
日 主食 主菜 副菜	<p><b>13</b></p> <p>きなこ揚げパン 野菜スープ エビサラダ 寿太郎みかん</p>	<p><b>14</b></p> <p>キムタクごはん さばのみりん焼き ごまあえ かきたま汁 いちご</p> 	<p><b>15</b></p> <p>赤飯 とりのからあげ キャベツのからしあえ 函南おさく お祝いデザート</p> 	<p><b>16</b></p> <p>卒業式準備</p> <p>給食はありません。</p>	<p><b>17</b></p> <p>卒業式 修了式</p>
一 〇 メ モ	<p><b>3〜6年生リクエスト</b></p> <p>今日は3〜6年生のリクエスト給食です。3〜6年生のリクエストは揚げパンでした。前回はきび砂糖を使った揚げパンだったので、今日はきなこの揚げパンです。給食室でパンを揚げ、大きなタライを使って砂糖ときなこをまぶします。短時間でさっと揚げ、表面がカリッとなるように調理員さん達が気をつけながら作ってくれています。感謝していただきます。</p>	<p><b>いちご</b></p> <p>いちごは江戸時代の終わりにオランダから伝わり、現在までさまざまな品種改良（くわんりょう）が重ねられてきました。そのおかげで60年ほど前までは5〜6月までしか食べられませんでした。一年中食べられるようになりました。大きさは形、色などいろいろと違いがあります。それぞれの土地に合わせて、おいしいお菓子をたくさん作るためにいろいろな品種を掛け合わせながら新しいいちごが生まれています。</p>	<p><b>卒業・進級お祝い給食</b></p> <p>今年度最後の給食です。給食室から卒業・進級お祝い献立（けんてい）を贈ります。日本ではお祝いのときに赤飯（あかひ）を食べる風習（ふうじゆ）があります。赤い色が悪いものを追い払う（おいはら）と信じられていたことから、人生の節目（めしほ）となるお祝いのときに食べられるようになりました。6年生にとっては小学校最後の、1〜5年生は今の教室で先生や友達と食べる最後の給食です。いろいろな思い出を振り返ってきましょう。</p>	<p><b>お知らせ</b></p> <p>1〜4年生と6年生は、午前中で下校になります。お弁当はいりません。5年生はお弁当を持ってきましょう。</p> 	<p><b>修了式</b></p> <p><b>卒業式</b></p> 

## 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、ちらしずしやハマグリの潮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、関東地方では米粒形の甘いボン菓子、関西地方では直径1cmくらいの丸形のあられが親しまれています。ほかにも、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

- おこしもん** (愛知県)
- からすみ** (岐阜県)
- いがまんじゅう** (愛知県西三河地域)
- くじらもち** (山形県)
- ひちぎり** (京都府)
- 金花糖** (石川県金沢市)
- おいり** (鳥取県)
- うすまきもち** (香川県)

