



# 給食だより

平成31年 2月28日  
 墨田区立第三吾嬬小学校  
 校長 川中子 登志雄  
 栄養士 木村 佳子

寒い日がまだ続きますが、日中の暖かな日差しに、春の訪れを感じる季節となりました。6年生は中学校へ進学、1年生から5年生は進級の時期を迎えます。今の学年最後の給食を楽しんでほしいと思います。

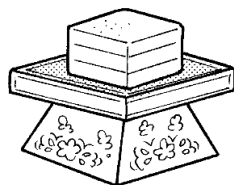
## 桃の節句

3月3日は、「桃の節句」とも「上巳の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは、明治時代以降といわれています。それまでは、厄をはらうための紙の人形だったといわれています。桃の節句につくられる行事食には、はまぐりのお吸い物やひしもち、ちらしずしなどがあります。



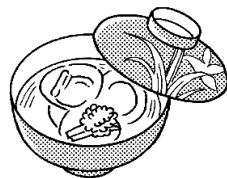
## ひしもち

ひしもちは、桃の節句で供えるひし形のもちのことです。ひしもちの色や色の並び順は、地域や家庭によって違う場合がありますが、おもに上から赤、白、緑のもちを重ねたものが多く見られます。緑のもちは、生命力の強いよもぎの新芽をつんで使用することで、厄をはらう力があるとされています。



## うしお汁

うしお汁とは、はまぐりのお吸い物のことです。はまぐりは、対になっている貝以外とは決して合いません。そのことから、夫婦の仲のよさをあらわすとされています。また、磯遊び（海辺や河原に集まり、草もちや貝料理を食べること）の時期に重なったことから料理に使われたともいわれています。



## 先月の献立から

### 鶏肉のハーブパン粉焼き

4人分

材料	分量
鶏もも肉	200g
塩	少々
こしょう	少々
白ワイン	小さじ1/2
にんにく	少々
パセリ	適量
バジル	適量
ローズマリー	適量
粉チーズ	大さじ1と1/2
パン粉	大さじ7
オリーブオイル	大さじ1

- ①にんにくをすりおろす。
- ②鶏肉に塩・こしょうをふり、白ワイン、にんにくと混ぜ合わせる。
- ③パセリからオリーブオイルを混ぜる。
- ④鶏肉の両面に③をよくつけてオーブンで焼く。(220℃15~20分)

10月は鶏肉を豚ロース肉にし、「豚肉のハーブパン粉焼き」にしました。どちらも大人気です。

3月分の主な食材の産地(予定)は次の通りです。  
 市場の供給量によって変更することがあります。



じゃがいも(長崎県) 里芋(埼玉県) さつまいも(千葉県) もやし(栃木県)  
 しょうが(高知県) にんにく(青森県) キャベツ(愛知県) こまつな(埼玉県・東京都)  
 はくさい(茨城県) にら(茨城県) ほうれんそう(埼玉県・千葉県)  
 チンゲンサイ(茨城県) ピーマン(茨城県) ねぎ(千葉県) セロリ(静岡県)  
 きゅうり(茨城県) たまねぎ(北海道) にんじん(千葉県) ピーマン(鹿児島県)  
 だいこん(神奈川県) れんこん(茨城県) ごぼう(群馬県) やまといも(千葉県)  
 パセリ(千葉県) えのきたけ(群馬県) しいたけ(岩手県) しめじ(長野県)  
 ブロッコリー(埼玉県) さやいんげん(沖縄県) なばな(千葉県) デコポン(熊本県)  
 りんご(青森県) オレンジ(愛媛県・徳島県) いちご(栃木県) はっさく(広島県)

※給食の食材や献立は、変更する場合がありますので、ご了承ください。  
 ※給食準備中、全員にマスクの着用をお願いしておりますのでご準備ください。

