令和８年２月27日
品川区立清水台小学校
校　長　高橋　健一
栄養士　酒井　萌衣

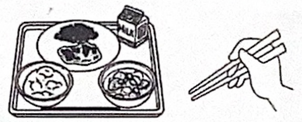
もうすぐ桜のつぼみがほころぶ季節になります。今年度も残りわずかとなりました。みなさんは給食を通して「食」について学ぶことができました。1年を振り返って、楽しく、マナーを守って給食を食べることはできましたか？これからも、給食で学んだことを活かしましょう。

1年間の食生活を振り返ってみましょう！

できていたこと、できていなかったことをチェックしてみましょう。できていなかったことは、これからできるようにがんばりましょう。

給食の前は せっけんで
手洗いを しましたか？

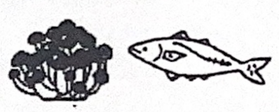
はしの持ち方や食器の並べ方
は正しく できましたか？



食事の あいさつは
できましたか？

姿勢を正して よくかんで
食べましたか？

好き嫌いを しないで
食べられましたか？



感謝の気持ちを持って
食事が できましたか？

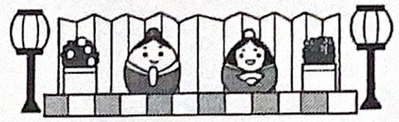
準備や後片付けは きちんと
できましたか？

周りの人と 楽しく食事が
できましたか？

卒業・進級お祝いメニュー

3月23日(月)は6年生の卒業と、1年生から5年生の進級をお祝いして、「赤飯」「鶏のからあげ」「すまし汁」を作ります。日本では、赤色は邪気をはらうと考えられてきました。邪気をはらい、魔よけの意味も込めて、赤飯はお祝いの席でふるまわれるようになったそうです。お祝い汁には特別なだしを使う予定です。給食室で精一杯、心を込めて作ります。
楽しみにしていてくださいね。

3月3日はひな祭り



3月3日はひな祭りです。ひな人形を飾り、桃の花やひしもち、白酒などをお供えし、女の子の健やかな成長を願う行事で、「桃の節句」ともいいます。給食では、「五目ずし」でお祝いします。

【ひな祭りに食べる食べ物】

ひしもち
ひしもちは、ひし形に作った赤色(桃色)、白、緑の３色のもちを重ねたものです。３色のもちの色にはそれぞれ意味があります。赤は魔よけ、白は清らかさ、緑は健康を意味し、女の子の健やかな成長への願いが込められています。また、赤は桃の花、白は雪、緑は大地(新緑)を表し「雪の下から新緑が芽吹き、桃の花を咲かせる様子」を表現しているといわれています。

ひなあられ
ひなあられの色(赤・緑・黄色・白)は四季(春・夏・秋・冬)を表現しているといわれ、「1年を通して幸せでいてほしい」との願いが込められている。

ちらしずし
えびやれんこん、豆など縁起の良い食べ物を使うことで、将来の健康と幸福を願います。えびは「えびのように腰が曲がるまで長生きできるように」、れんこんは「大きく穴のあいたれんこんのように先を見通せるように」、豆は「健康にマメに働き、仕事がうまくいくように」と願いが込められています。

はまぐりの吸い物
はまぐりの貝がらは、同じ一組の貝がら同士としかぴったり合わないことから、「よい相手とめぐりあい、仲良く幸せに過ごせるように」と願いが込められています。

今月の人気メニュー　サイダーゼリー

＜材料＞（4人前）
水・・・100ml
粉寒天・・・2.4ｇ
上白糖・・・20ｇ
サイダー・・・160ml
パイン（缶）・・・80ｇ
ゼリーカップ・・・４個

＜作り方＞
※サイダーは常温にしておく
①水に粉寒天をいれ、沸騰しはじめてから、３分間にて上白糖を加えてよくとかす
②サイダーをいれてゆっくりまぜる
③ゼリーカップにパインをいれ粗熱をとったゼリー液をそそぐ
④冷蔵庫で冷やす