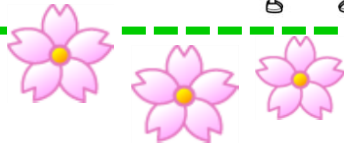


給食だより



佐世保市立黒島小学校・中学校
～第10号 3月14日（火）発行～
文責：栄養教諭 荒木沙耶香

今年度も残りわずか…



中学3年生、小学6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。中学3年生にとっては、中学校を卒業するとともに、9年間の学校給食ともお別れになります。これからは、**自分自身や家族の健康を思って、栄養バランスのとれた食事を考え、自分で調理をしたり、食材を買ったり**することができるよう願っています。また、保護者の皆様におかれましても、これからも子どもたちの“**食の自立**”にご支援をお願いします。

さて、25日からは、子どもたちが楽しみにしている春休みに入ります。春休みも“**早寝・早起き・朝ご飯**”を心がけて、新年度を元気に迎えてほしいと思います。



給食を振り返ってみよう！



2月2日（木）県産みかんを使った「みかんパン」

みかんパンに使われているみかんは、**諫早市多良見町**で育てられたものです。皮ごとミキサーにかけてペーストにすることで、廃棄する部分をできるだけ少なくしています。子どもたちは「普通のみかんの方が良い」と辛口コメントでしたが、職員室や給食室では「みかんの風味が良い」と好評でした。

県産品の新たな加工品として紹介する良い機会となりました。

2月9日（木）新メニュー「にんじんしりしり」

にんじんしりしりは、**沖縄県の郷土料理**です。「しりしり」という言葉は、沖縄の方言で「せん切り」という意味です。せん切り用のおろし器（**しりしり器**）でにんじんをおろす時に「しりしり」と聞こえるので、その音から名前がついたといわれています。給食ではツナと卵を入れて食べやすくしました。味は好評でしたが、パンの日ではなく、ごはんの日に食べたいという感想もありました。



3月7日（火）佐世保市吉井町産「いちご」

春が旬の「いちご」は**吉井町**で育てられたものでした。一人一粒でしたが、とても甘く、生産者の方に感謝の気持ちをもって食べました。



3月13日（月）卒業お祝い献立「赤飯」「桃のタルト」

卒業を前に、お祝い献立として、「**赤飯**」「**桃のタルト**」を取り入れました。昔から、お祝いの時に赤飯をいただく習慣がありました。これは、**赤い色には病や災いをはらう力がある**と考えられていたからです。赤飯を苦手とする子どもは多いですが、赤飯を食べることで、卒業生の新たな門出をお祝いすることができました。

