

きゅうしょくだよりみなみかんおん 3月

寒かったり、暖かかったりと体調管理の難しい季節です。
でも、春はそこまで来ています。ひとあし早く、食卓に春の気配を感じさせる料理を並べてみてはいかがでしょうか。

行事食



《3月 3日 (水)》

ちらしずし
さわらの照り焼き
わけぎのぬた
豆腐汁
ひなあられ
「ひなまつり」
「郷土食・・・わけぎ」

3月3日はひなまつりです。ひな人形を飾り、桃の花や、ひし餅をそなえて白酒でお祝いをします。

また、広島県の尾道市や三原市の海ぞいでは、温暖な気候を生かして、「わけぎ」がたくさん作られています。広島県はわけぎの生産量が日本一です。

わけぎを使った代表的な料理には、酢みそであえた「わけぎのぬた」があります。わけぎの旬は早春です。イカやアサリなどの魚介類や海そうを加えて、酢みそであえた「わけぎのぬた」は瀬戸内の郷土料理として親しまれています。

《3月 17日 (水)》

赤飯
お楽しみフライ
温野菜
みそ汁
いちご
「卒業お祝い」
「地場産物・・・カキ」

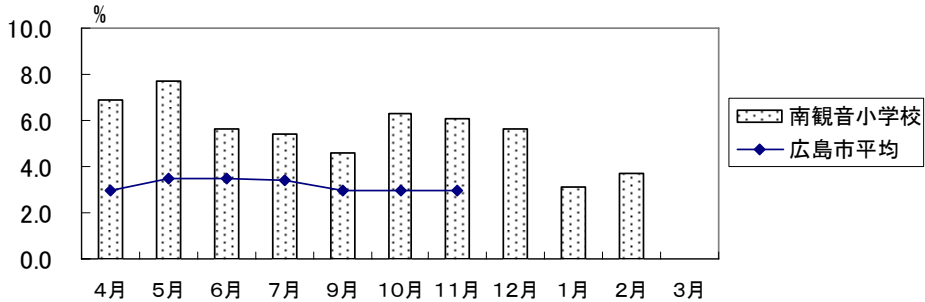
赤飯はおめでたいときに食べられます。どうして、お祝いの時に赤飯を食べるのでしょうか？

日本では、昔から赤い色は縁起がよく邪気をはらい、厄除けの力をもつといわれており、赤飯がお祝い事にも食べられるようになりました。昔は、赤米というお米があつて、蒸すと赤いご飯になりました。その米は貴重品で、とても大切にされていました。やがて、赤米が徐々に作られなくなったことから、今ではもち米と小豆を、小豆の煮汁で炊きます。すると、ごはんが赤い色に染まり赤飯になります。



残食調査より

南観音小と広島市平均



給食週間中のごはん残です。少ない！！

給食室では毎日、出来上がり量と残食量を計量し、残食率を出しています。これを市でまとめて、次年度以降の献立作成に活用しています。

年度当初、大変残食率が多く、「残念だなあ、もったいないなあ」と思う日が続きました。9月に4%台と少なくなってきた矢先に、インフルエンザの流行が12月ごろまで続き、残食率も上がってしまいました。

グラフでもわかるように、1月からは3%台と、急に少なくなり、2月も3%台を保っています。(2月24日現在)子どもたちも、からっぽの食缶を「すごいでしょ!」といわんばかりに、見せてくれます。残食を計っていると、「もったいないね」と声をかけてくれます。1階の栄養黒板前には「なんかん小 パクパクの木」を掲示しています。残食が少ない日が多く、オレンジの実や黄色の実ばかりになってきて、とてもうれしいです。「もっと、おいしくなるように」と7名の調理員といっしょに、これからもがんばっていこうと思っています。



意外に残った
すきやき...

