



# ランチレター

3月2日（月）

<きょうのこんだて>

ちらし<sup>ずし</sup>寿司 <sup>てや</sup>ぶりの照り焼き

ほうれん草<sup>そう</sup>のごま<sup>こあ</sup>きな粉和え

5年「かつお<sup>ねん</sup>節と煮干<sup>ぶし</sup>しだし<sup>にぼ</sup>のみそ汁<sup>しる</sup>」

桜<sup>さくら</sup>もち <sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳

<きょうのひとこと> Today's message

明日、3月3日はひな祭りです。このお祭りは、女の子の成長や

幸せを願う行事です。ひな祭りにはひな人形をかざり、お祝いの

料理を楽しむ習慣があります。今日は、ちらし寿司、旬の寒ブリ、

桜もちで「ひな祭り献立」にしました。桜もちは塩名田にある

和菓子屋の日野屋さんに『道明寺』の桜餅を作っていただきました。

5年生が選んだ「みそ汁のだし」シリーズ、最終日は「かつお節と

煮干しだし」です。かつおといわしの2種類の魚のだしをしっかりき

かせ、うま味たっぷりのみそ汁に仕上がりました。だしの種類や活か

し方によって、料理の味は変わります。みなさんは、どのだしが

お好みでしたか？日本の食文化である『だし』をこれからも活かし、

大切に受け継いでいきたいですね。

～ここから下は放送でよみ上げなくてもよいです～  
◀食育の視点：食事の重要性・心身の健康・食品を選択する能力・感謝の心・社会性 食文化▶  
きざみのり、さくらもちの袋は小さくまとめて各クラスのごみ箱へ捨ててください。