



給食だより 3月

2025年



豊川市教育委員会学校給食課

ひな祭り



3月3日は「ひな祭り」です。女の子の健やかな成長を願って
 お祝いする日本の伝統行事で、「上巳の節句」「桃の節句」とも
 いわれます。もともとは厄を払う「上巳節」という風習と人形
 で遊ぶ「ひいな遊び」が結びつき、時が経って江戸時代に今のよ
 うなお祭りになりました。ひな祭りの日には「ちらしずし」や「は
 まぐりのお吸い物」、「ひしもち」を食べる風習があります。も
 とは、ひなあられはひしもちを砕いて作られました。

◇ひしもち、ひなあられの色にこめられた意味と願い

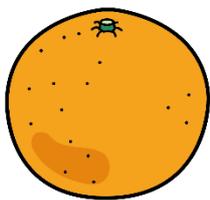
みどり 緑…新芽 / 健康 しろ 白…雪 / 清浄 もも 桃…桃の花 / 魔除け

給食にはひなあられが登場します。

実施日：学校給食センター 3月3日（月）
 南部学校給食センター 3月3日（月）



きよみみかんってどんなみかん？



約8cm

きよみみかんは、温州みかん和刘橙をかけあわせて生まれた品
 種のみかんです。「きよみ」という名前は静岡県にある清見湯で生まれ
 たことから付けられました。

大きさは直径約8cm、重さは約200gと、一般的な温州みかん
 と比較して少し大きめです。皮が厚く、種があるものもあり、オレンジ
 の香りがすることが特徴で、3月ごろに旬をむかえます。

ビタミンAのもととなるβ-カロテンやβ-クリプトキサンチンのほか、ビタミンCを
 豊富に含んでいます。これらには免疫力を高める、肌を美しく健康に保つといったは
 たらきがあります。

実施日：学校給食センター 10日（月）、18日（火）
 南部学校給食センター 7日（金）、19日（水）

関連教科：小学4年理科「季節と生物 春のおとずれ」