

# 五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 7年 3月 17日 NO.188

今日の給食は3年生の卒業をお祝いした「卒業お祝いメニュー」です。いよいよ明後日が卒業式です。

日本ではお赤飯を炊いてお祝い事をするという伝統的な食文化があります。昔は赤米（またはあかごめ）というお米を使い、特別な日にお米に混ぜて蒸して食べていました。今ではもち米に小豆やささげを入れて蒸した赤いご飯をお赤飯と呼んでいます。日本人にとって赤い色は生命力を表す色で、赤いものを食べると悪いことを追い払う力がつくと考えられていました。そこで人生の節目などの大切なときにはお赤飯を食べるようになったようです。

ぶりはお久しぶりの登場です。  
かぶりつきたくなるおいしさです  
ね(\*^^\*)



## 《今日の献立～卒業お祝いメニュー～》

お赤飯

ぶりの照り焼き

おろしポン酢和え

菜の花汁

乳酸菌飲料(ジョアブレーション)



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
乳酸菌飲料 小豆 ぶり わかめ 豆腐 昆布 かつお節	米 もち米 黒いりごま 三温糖 砂糖 油 生麴	しょうが 白菜 きゅうり にんじん もやし えのきたけ 大根 レモン 千寿葱 菜の花