



平成31年2月28日
練馬区立中村小学校



まだ寒さの残る日もありますが、だんだんと春の陽気になってきました。今年度もあと少しで終了です。あっという間の1年間でしたが、みなさんの給食時間の様子を見てみると、残さず食べられるようになったり、苦手な食べ物にも挑戦したりと、1年で成長したことがうかがえます。6年生のみなさんは、いよいよ卒業です。中学校時代は、心身ともに大きく成長していく時期です。同時に、自分自身で選んで食べる機会が増える時期でもあります。健康を意識して食べることを大切に、充実した毎日を過ごして下さい。

食育の1年間をふりかえってみましょう

みなさんは、学校やお家でどのような食生活を送っていましたか？1年間でどのようにすごしてきたのか、自分自身をふりかえってみましょう。

自分ができたことに○（できた）△（時々できた）×（できなかった）の印をつけてみましょう。

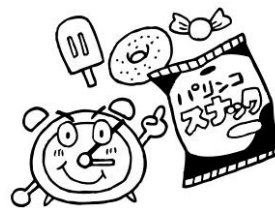
①朝ごはんを毎日食べた



②1日3食、残さないうで食べた



③間食は時間を決めて食べ、たべすぎなかった



④食べられることに感謝できた



⑤よくかんで食べるよう心がけた



⑥ながら食べをしなかった



⑦苦手なものでもかんばんって食べた



⑧みんなで仲良く食べた



3月の献立から

3月4日 ひな祭り献立

ひな祭りの行事食といえば、ちらし寿司やはまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられ、白酒などがあります。その一つ一つに、女の子の健やかな成長と願いがこめられています。

3月20日 おたのしみ給食

今年度最後の給食は、お楽しみ給食です。何が出るか楽しみにしてして下さい。

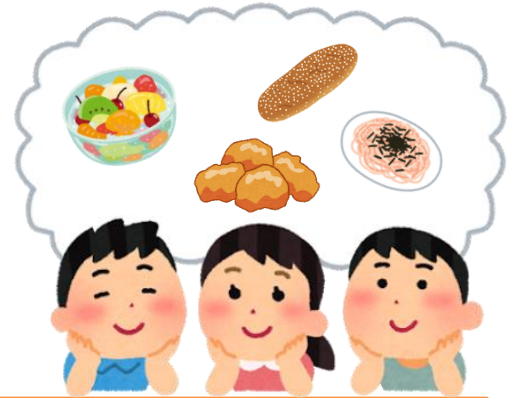
- 五目寿司
- ももゼリー

6年生 リクエスト給食

今月は6年生の選んだ人気リクエストメニューを取り入れました。小学校で食べた給食が楽しい思い出の味として心に残ってくれると嬉しいです。

🌸主食🌸 (票数)【給食に出る日】

- 1位 きなこ揚げパン (57)【3/5】
- 2位 練馬スパゲティ (21)【3/14】
- 3位 醤油ラーメン【3/19】・ジャージャー麺 (13)



🌸主菜🌸 (票数)

- 1位 鶏の唐揚げ (34)
- 2位 タンドリーチキン (31)【3/5】
- 3位 ミートグラタン (30)

🌸副菜🌸 (票数)

- 1位 フレンチサラダ (37)【3/5】
- 2位 味噌ドレサラダ (36)【3/13】
- 3位 ツナドレサラダ (22)

🌸汁物🌸 (票数)

- 1位 ワンタンスープ (55)
- 2位 ABCスープ (36)【3/5】
- 3位 春雨スープ (20)

🌸デザート🌸 (票数)

- 1位 フルーツポンチ (44)【3/19】
- 2位 スイートポテト (30)【3/11】
- 3位 カルピスゼリー (16)

6年生に書いてもらった給食の感想です！

大好きな給食が出てガッツポーズした思い出がある。

いろいろな地域の給食が出てきたときは、食べながら知っていくことができて、楽しかったです。

今日ほどのおいしい給食が出るのか、毎日楽しかったです。

おまけは、ほとんどもおいしくて、その日はいつも給食が楽しみでした。