

給食だより 3がつ月

令和5年2月28日
練馬区立北町小学校



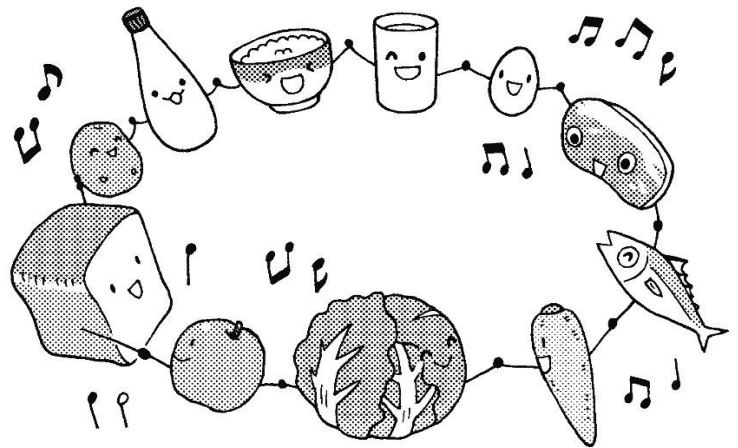
『早ね 早起き
あさごはん』
シンボルマーク

今年度も残りわずかとなりました。みなさんはこの1年間、元気に過ごすことができましたか？
春は卒業や入学・進級と筋目の季節です。栄養バランスのよい食事をしっかり食べて、新しい生活を元気に迎えられるようにしてください。

休みの時も栄養バランスを大切に

体は毎日成長しています。食べることは成長のために欠かせないものです。毎日元気に過ごせるのも、食べ物から栄養をとり入れているからです。

休みの日でも学校がある日と同じように、栄養バランスのよい食事をすることが大切です。しっかり食べて、健康な体をつくりましょう！



1年間の給食をふり返ろう

給食をふり返ろうの巻

- 食事の前と後に石けんで手をきれいに洗うことができた
- 食事の前に空気の入れかえを行い、人との距離を保って食べることができた
- マナーを守って食べることができた
- 感謝の気持ちを持って残さず食べることができた
- 給食は栄養のバランスのとれた食事だとわかった
- 地域の食材や郷土食や行事食を知ることができた

いくつできたかな？



給食室からみなさんへ

今年度も給食は、前向き給食が続き、グループでの楽しい会話が出来ない状況での食事でした。そんな中でも、給食の様子を見に行くと、「毎日おいしい給食をありがとうございます」「〇〇がおいしかった」「野菜もたくさん食べる」「〇〇を出してほしい」といった子供たちから声をかけられることが多く、こちら嬉しい気持ちになりました。また、面談時の保護者様から「苦手なものも食べられるようになってありがたい」という嬉しいお言葉もいただきました。

子供たちの成長と共に、学校給食が食生活の見本となれるよう、楽しみながら、また、ホッとできる時間を提供できるようこれからも心がけて参ります。

一年間ありがとうございました。

今月の旬の食材

- ・小松菜
- ・あおのり
- ・キャベツ
- ・いちご
- ・にら
- ・たけのこ



今月の献立より

★3日(金) ひなまつり献立

ひなまつりには、「ずわいがに」を散らしたちらし寿司を作ります。

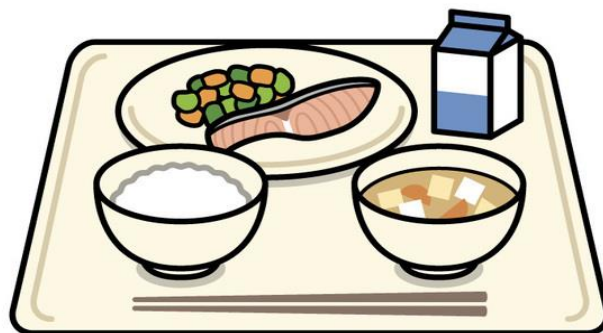
★22日(水) 卒業・進級お祝い献立

卒業・進級をお祝いして、お赤飯を炊きます。

主菜は、出世魚の「ブリ」を照り焼きにし、副菜は、これからも元気に明るく過ごせるように、さつまいもと合わせた元気豆を提供いたします。

★1年間の振り返りで、人気のあった給食を提供いたします。

- ・ 2日(木) 小松菜のレモンサラダ
- ・ 6日(月) 鱈のからし風味フライ
- ・ 7日(月) プルコギ丼 (今回は牛肉使用)
- ・ 8日(水) パリパリサラダ
- ・ 14日(火) ジャージャー麺
- ・ 16日(木) あしたばパン (今回はリング) と手作りりんごジャム
- ・ 17日(金) 八宝おこわ
- ・ 20日(月) ビーフカレー(学校のカレーライスはやっぱり人気!!) ※ 今回は牛肉使用



♪6年生のみなさん、公立学校の学校給食は中学校までです。いろんな食材や料理に触れることで、興味や関心につながり、視野が広がります。残された3年間で苦手なものを一つでも克服して、楽しみをみつけてくださいね!

保護者のみなさまへ

子どもたちは成長するにつれ、自分の食べるものを選んだり調理をしたりする機会が増えていきます。おとなになってからも健康に過ごすには、子どものうちから望ましい食習慣を身につけておくことが大切です。ご家庭でも声かけやアドバイスをお願いいたします。

