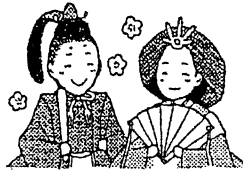


給食だより 3月


平成 28 年 2 月 29 日
 練馬区立北町西小学校
 校長 世古 徳 浩

3月は1年間のまとめの時期です。みなさんは、給食を通して生きることに欠かせない「食」について、多くのことを学んできました。この1年間で学んできたことは、進学・進級先でも生かすことができます。これからも「食」を大切にしてください。



食事マナーを守りましょう

楽しい雰囲気の中で食事ができるように一人ひとりが食事マナーを身につけましょう。

<p>食器やはしを正しく持って使おう</p>  <p>正しく持って使うと食べやすくなるほか、食べる姿が美しくなります。</p>	<p>好ききらいをせずに食べよう</p>  <p>苦手なものは一口だけでも食べるようにしましょう。</p>	<p>口に食べ物を入れたまま話すのはやめよう</p>  <p>口に入れた食べ物が飛び散ると周りの人に不快感を与えてしまいます。</p>
<p>食事中は立ち歩かないようにしましょう</p>  <p>食事の途中に立ち歩いたり、ふざけたりせずに座って落ち着いて食べましょう。</p>	<p>食事中にふさわしい会話をしよう</p>  <p>汚い話や気持ちの悪くなる話は避けて、人の迷惑にならないようにしましょう。</p>	<p>楽しい雰囲気の中で食事をしよう</p>  <p>楽しい雰囲気の中で食べると、食事がよりおいしく感じられます。</p>

やりがちな食事マナー違反・手皿

はしの下に手を皿のように添えて食べる仕草のことを手皿といいます。これは、料理についている汁を落としてしまうことがわかっていながら食べるようなものなのでやってはいけないマナーです。



5年生が献立を作ってくれました!!



7日(月) 麦ご飯 鶏の照り焼き 野菜のおかか和え 春雨スープ 牛乳
 今回の「食」について栄養士さんが献立を作って私たちに給食を出すまでにたくさんの気づきがあったことを知りました。これからも私たちのためにおいしく健康的な給食を作って下さい。

5年2組 MY さん

14日(月) 麦ご飯 魚の西京焼き きんぴら たまごスープ
 わたしのこん立のよいところは、ごはんと魚の西京焼きを一緒に食べると、ごはんが進むところです。私はメニューを立ててみてとっても楽しかったです。また、立ててみたいです。赤黄緑すべてが入っているか分からないけど、選んでくれるとうれしいです。

5年1組 NI さん

私は毎日お昼を楽しみにしています。3、4時間目になるとお腹が「ぐー」となります。リクエスト給食を増やして下さい。

5年2組 HW さん

◎ 渡部さんも石井さんと同じような献立を立ててくれました。

赤黄緑すべて入っていました。(栄養補助員)



献立を考えるのがとても楽しかったです。なるべく野菜を入れ栄養のある献立にしました。そして私の好きな厚焼きたまごを選びました。いつもたまごをおかわりしています。

5年1組 MT さん

私は将来の夢が「栄養士」か「料理研究家」になることです。そのため、料理を考えるのが楽しかったです。このような機会を作ってくださいありがとうございます。

5年1組 KW さん

私たちが、まったく知らない事などが知れて良かったです。エプロンは色べつとか、色々なことが知れて良かったです。家で料理をする時などにも使えるので良かったです。考えるのもすごく楽しかったです。

5年2組 MO さん

◎ とても良い献立が出来ました。「食」について考える時間が出来て良かったと思います。(栄養補助員)

2月に使用した食材料の生産地

食 材	産 地	食 材	産 地	食 材	産 地	
乳製品	牛乳	千葉	乾物	パン粉	神奈川	
		群馬	ごま	パラグアイ	にんじん	千葉
		岩手	大豆	北海道	もやし	栃木
		宮城	しらす	徳島	じゃがいも	北海道
		秋田	さば	ノルウェー	さといも	埼玉
		青森	ししゃも	ノルウェー	だいこん	千葉
	北海道	イカ	青森	キャベツ	練馬	
	バター	北海道	福岡	ごぼう	青森	
	チーズ	オーストラリア	埼玉	ねぎ	練馬	
	乾物	かつお節・さば節	静岡	野菜	さといも	埼玉
干し椎茸		九州	茹でたけのこ	白菜	茨城	
だし昆布		北海道	小松菜	ほうれん草	茨城	
			しょうが	りんご	青森	
		ニンニク				
		玉葱				