

3月給食だよ

令和2年2月28日
練馬区立田柄小学校
栄養士 南 由紀子

「早寝早起朝ごはん」
早寝早起朝ごはんシンボルマーク



今年度も残すところ、あとひと月になりました。残りの日々を大切に、お友達や先生方と楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。さて、3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。この1年間の食生活を振り返るとともに、自分自身の健康についても考えてみましょう。



1年間を振り返ってみましょう。
できていたら、()に○を書きましょう。

- () () () () ()
- 食事の前に必ず手を洗った。 食事のマナーを守ることができた。 苦手な食べ物にも挑戦できた。 朝ごはんを毎日食べた。 おやつの時間と量を決めて食べた。



～6年生に聞いた「もう一度食べたい給食」～



アンケートの結果は次のとおりです。

	主食(ごはん)	主食(パン・麺)	主菜	副菜	デザート
1位	カレーライス	揚げパン	鶏肉の唐揚げ	ワンタンスープ	サイダーポーチ
2位	焼き鶏ごはん	チャーチャー麺	ジャンボ揚げ餃子	豚汁	フルーツ白玉
3位	豚キムチ丼	つけ麺	肉じゃが	パプリカサラダ	大学芋
3位					スイートポテト

各部門1位の料理は3月の給食で実施します。お楽しみに！

6年生のみなさんへ

卒業おめでとうございます。

中学生になっても「食べることを大切にしてくださいね。」

「あなたの体はあなたが食べたものでできています」

色々なことに挑戦するみなさんを応援しています！ 給食室より



今月の給食から

3日 ひなまつり献立 あなご入りちらしずし 白玉団子汁 お菓子な半熟卵

ももの節句に合わせ、刻んだあなご入りのちらしずしを作ります。デザートは黄桃の缶詰とカルピスで作る「お菓子な半熟卵」です。



13日 オリパラメニュー(アメリカ) ジャンバラヤ クラムチャウダー

「ジャンバラヤ」はアメリカ南部ルイジアナ州の料理で、スペインのパエリアが起源ともいわれる炊き込みごはんの一種です。「クラムチャウダー」はあさりが入ったクリームスープです。

19日 セレクトメニュー 2種類のお魚料理から選びます

Aランチ: 魚のマヨネーズ焼き Bランチ: 魚のピザ風焼き

23日 卒業お祝い献立 お赤飯 こづゆ

今年度最後の給食は6年生の卒業をお祝いしてお赤飯を炊きます。「こづゆ」は福島県会津地方で昔からお祝いの席に出されてきた郷土料理です。

使用食材の産地 (2月分)

- 《野菜》人参…練馬・千葉・埼玉 玉葱…北海道 小松菜…埼玉 大根…練馬・神奈川
きゃべつ…愛知 白菜…群馬 じゃがいも…鹿児島 ねぎ…埼玉
《精肉》とり肉…岩手 ぶた肉…群馬・岩手
《魚介類》ほっけ…ロシア ホキ…アルゼンチン さんま…三陸 マンダイ…静岡
《お米》 島村農園(埼玉)

保護者の皆様

給食費の期日までの納入や、白衣やワゴンカバーの洗濯等、本校の給食運営に1年間ご協力いただきまして、ありがとうございました。

