

日中は太陽の日差しが強くなり、暖かい日が少しずつ増えてきました。今の学年で過ごす日々もあとわずかです。できたこと、もう少しがんばりたかったことなど、この1年間を振り返り、新しい学年や学校に向けた準備をしていきましょう。

給食だったら食べられる！

「給食だったら食べられる！」と話してくれる人がいます。とても嬉しく思います。給食は大きな鍋などで一度にたくさん作るので、食材のうま味やおいしさが増し、味わいが深まることもあります。同じ給食でも、おうちで食べたら、学校のように食べられるでしょうか？
「家だとそんなには食べられないかな？」そう思う人もきっといるでしょう。人ができることには、大きく2つあるといわれます。

- ①自分の力でできること
- ②仲間や先生と一緒に取り組むことでできること

この2つのうち、より強い力を発揮するのは、②の「仲間や先生と一緒に取り組むことでできること」ではないかと思います。また、みんなで取り組むことで、①の「自分の力でできること」も増えていきます。友だちに教え、友達から教わり、誰かを喜ばせたいと思っ
てがんばり、負けないぞと思いつつ努力することで出る力は、いつもより、とても強い力になります。

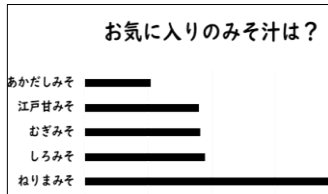
今年度の給食は今月で終わります。給食室はまた新しい年に向けて準備を始めます。いつも給食を楽しみにしてくれる人がいると思うと、私たちも強い力が湧いてきます。今の学年での最後の給食をぜひ味わって食べましょう。



みそ汁週間 結果

みそ汁週間を終えて、日本には様々なみそがあり、子供たちは違いの大きさを感じた様子でした。昨年のみそ汁週間を覚えていた人は、今年と去年を比べて考察してくれました。

普段の給食では、ねりまみそを使用しています。食べ慣れているねりまみそが一番人気でした。特にねりまみそ愛が強かったのは、練馬の学習をしたばかりの3年生！学びが身についていることを実感しました。



給食レシピ おせきはん

| 材料名 | 分量(4人分) |
|-----|---------|
| もち米 | 1.5合 |
| 白米 | 1.5合 |
| ささげ | 40g |
| 塩 | 小さじ1 |
| 黒ごま | 大さじ1 |

- ①もち米はさつ洗ってざるにあげる。
- ②ささげを沸騰させた湯で2〜3分煮てざるにあげる。
- ③再度500ml程の水で、30分程煮る。
(煮汁が赤ワイン色になる)
- ④煮汁とささげを分けて、煮汁を冷ます。
- ⑤もち米・白米に、煮汁を入れて、炊飯する。
(煮汁はもち米×0.9+白米×1.2mlに調整)
- ⑥塩を水で溶かして、フライパンでごまと塩水を炒る。

給食では、冷めても食べやすいように白米ともち米を使用しています。お祝いにぜひ作ってみましょう。

リクエスト給食

1年間の給食のまとめとして、給食委員会でリクエストアンケートを2つ行いました。

1つ目は、全校向けのリクエスト給食です。給食委員会で候補料理を話し合い、アンケート用紙作りから集計まで給食委員で行いました。

2つ目は、6年生の卒業祝いリクエストです。タブレットのアンケート機能を活用し、6年間の給食を振り返りながら、行いました。2つのアンケート結果が3月の献立に登場します。お楽しみに♪

全校リクエスト

- ごはん類 : みそラーメン
- 肉・魚類 : ぎょうざ
- 汁・サラダ : はるさめ
スープ
- デザート : ぶどうゼリー

6年生リクエスト

- ごはん類 : ココアあげぱん
- 肉・魚類 : からあげ
- 汁・サラダ : カリカリ
ジャコサラダ
- デザート : サイダージュレ

今月の給食より

*3(木) ひなまつり献立【ちらし寿司】

ひなまつりは、子供の健やかな成長を願う行事です。



*11(金) 3.11を忘れない【油麩丼・ずんだもち】

東日本大震災から11年です。宮城県の郷土料理を食べながら、想いだし、災害に備えるきっかけにしましょう。



*18(金) 卒業お祝い献立【鯛めし】

鯛は、「めでたい」に通じることから昔から縁起のよい魚とされてきました。



*22(火) 卒業お祝い献立【お赤飯】

赤い色は災いをさけてくれるとされ、日本人は昔からお祝いの時に赤飯を炊いていました。卒業・進級のお祝いの気持ちを込めて作ります。



食育コラム【SDGs 持続可能な食とは】

今世界は、食べ物の持続可能性を考えながら選んで食べていかなければならない時代に入りつつあります。文明が発達し、便利になった現代社会は、お金をせば好きなものが買え、場所や季節に関係なくほしいものを手に入れることができます。しかし、そのことが私たちの大切な地球を壊すことにつながっているとしたら、みなさんはどう思いますか？どんなものを食べれば環境に負担をかけず、またどんな食べ方をすれば地球環境を守る「地球に優しい食べ方」になるのでしょうか。みんなでこれからも考えていきましょう。

