

令和2年度

# 3月給食だより

練馬区立南が丘小学校



早寝早起き朝ごはん

「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク



朝晩の冷え込みがだんだんとやわらぎ、日差しの温かさに春の訪れを感じます。いよいよ今年度も終わりに近づいてきました。この1年を振り返ると、新型コロナウイルス感染症の流行によって、今まで当たり前だった生活が一変、子どもたちにとって我慢を強いられることも多かったのではないのでしょうか。しかし、悪いことばかりではなく、家族がそろって食事をする「共食」の機会が増えたご家庭も多いと聞きます。共食は、心と体の健康によい効果をもたらすことがさまざまな研究によってわかってきました。「新しい生活様式」を実践する中で、工夫をしながら共食の機会を増やしていただければと思います。

★料理は大皿ではなく個々に盛り付ける  
★配食サービスの活用  
★離れている家族とはオンラインで



## <2月の主な給食食材と産地>

にんじん	北海道・千葉・鹿児島	大根	練馬・千葉・神奈川・鹿児島	白菜	茨城	かぼちゃ	鹿児島
長ねぎ	栃木・練馬・千葉	小松菜	埼玉・練馬	しょうが	高知	じゃがいも	鹿児島・長崎
たけのこ	福岡・愛媛	にんにく	青森	キャベツ	愛知	ほうれんそう	群馬
たまねぎ	北海道	さつまいも	千葉	えのき	長野	セロリ	静岡
赤ピーマン	山形	ピーマン	茨城	ごぼう	青森	もやし	栃木
まいたけ	栃木	にら	群馬	いか	ペルー	さけ	ロシア
さば	欧州	牛肉	千葉・北海道	ぶた肉	鹿児島県	とり肉	北海道

## 3月の給食から

☆3月3日は、ひなまつりです。「桃の節句」や「上巳の節句」ともいい、ひな人形や桃の花を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを願います。行事食として、ちらしずし、ハマグリの潮汁、ひなあられ、ひしもちなどが食べられています。3日（水）はちらし寿司をつくります！楽しみにしてください(\*^\_^\*)  
☆6年生の卒業をお祝いして、『3月に南が丘小学校で食べたい給食』のアンケートを行いました！集計の結果、183種類のリクエストがあったので分類ごとのベスト3を紹介しします♪



## 6年生のリクエスト給食ランキング

### 主食

- 1位 きなこあげパン 26票
- 2位 みそラーメン 23票
- 練馬スパゲティ 23票

### 主菜

- 1位 ジャンボ揚げぎょうざ 15票
- 2位 からあげ 13票
- 3位 フライドチキン 5票

### 副菜

- 1位 ぼて焼き 11票
- 2位 フライドポテト 8票
- 3位 ガーリックポテト 4票

### スープ

- 1位 ABCスープ 10票
- 2位 春雨スープ 7票
- 3位 わかめスープ 6票

### デザート

- 1位 フルーツパンチ 23票
- 2位 スイートポテト 14票
- 3位 りんごゼリー 12票
- グレープゼリー 12票

### 飲み物

- 1位 コーヒー牛乳 16票
- 2位 ジョア 9票
- 3位 牛乳 4票