



# 給食だより

令和元年 6月

練馬区立中村中学校  
校長 大石 光宏  
栄養士 鳥羽田 裕美

5月後半は、日本各地で真夏日が発生しました。練馬区も真夏日が数日続き、急な気温の変化に体調管理が難しかったのではないのでしょうか。

暑い日が続くことで気をつけたいのは「食中毒」です。気温が上昇し、湿度が高くなるにつれて食中毒の発生件数が増加します。給食では確実な温度管理を行っていますので、皆さんは丁寧な手洗いを行ってから、盛りつけ、配膳、食事を行ってくださいね。



6月は「食育月間」です。

また、毎月19日は「食育の日」とされています。

つまり、

6月19日は1年でもっとも「食」について考えたい日

ということになります。

そんな6月19日の給食は、“練馬区一斉献立”になります。

練馬区の小中学校ではこの日、練馬産キャベツを使った献立が提供されます。

中村中学校では、キャベツたっぷり回鍋肉丼を作ります。



ところで、練馬産のキャベツをスーパーで見かけたことはありますか？

東京産の野菜は、全国的にみるととても少ないです。スーパーで東京産の野菜を探すのはなかなか難しいですが、近隣農家でとれた野菜の販売スペースを設けているお店をよく見かけるようになりました。



練馬区は東京都にありながら多くの農地に恵まれた環境にあり、直売所や無人販売所も豊富です。

『地産地消』という言葉がありますが、地元の野菜は新鮮で栄養豊かなものが手に入ります。地元の野菜を積極的に取り入れ、農家の方々に感謝の気持ちを持っていただきましょう。

## 給食食材産地（5月分）

野菜…北海道、青森、群馬、栃木、茨城、埼玉、千葉、東京、神奈川、長野、静岡、愛知、鹿児島、高知、長崎、徳島

魚類…北海道、宮城、アラスカ

肉類…埼玉、鳥取

キャベツと小松菜は  
練馬区産を使用しました。



## ～給食費についてのお知らせ～

6月の給食引き落としは、6月20日（木）です。1年生は初回の引き落としとなります。前日までの入金をお願いいたします。



「早寝早起き朝ごはん」  
運動シンボルマーク