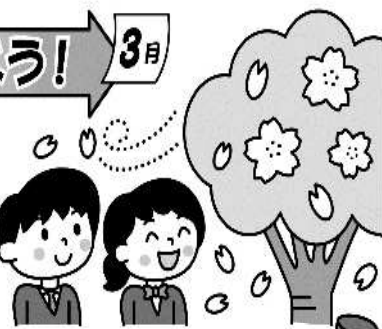


4月 1年間の振り返りをしよう! 3月

ひとごとには寒さが和らぎ、春がすぐそこまで来ていることを感じます。3月は1年間のまとめの月です。自分自身の食生活や、給食を通して学んだこと、できるようになったことなどを振り返り、新しい学年で挑戦したいことを考えてみましょう。



春休みの食生活

春休みは新しい生活に向けて準備をする期間です。生活環境が変わると、心と体に負担がかかり疲れやすくなるため、1日3食しっかり食べて体調を整え、新生活を元気にスタートできるようにしておきましょう。

1年間ありがとうございました



今年度の給食は
3月22日(金)
で終了になります



今年度の給食は3月22日で終了になります。給食室では栄養士と一富士フードサービスのスタッフの皆さん合わせて9名で安心・安全・おいしい給食を毎日提供できるよう努めてきました。給食室に戻ってくる空っぽの食缶や生徒たちからの「ごちそさま! 美味しかった」の一言が大きな励みになっています。

来年度も安心・安全・おいしい給食を提供できるよう給食室一同がんばります! 保護者の皆様のご理解とご協力ありがとうございました。



先月使用した食材の主な産地

- | | |
|----------------------------|------------|
| 米...青森・秋田 | 玉ネギ...北海道 |
| 鶏肉...岩手・宮崎 | 小松菜...埼玉 |
| 豚肉...青森・群馬 | 大根...練馬区 |
| にんじん...千葉・埼玉 | うど...練馬区 |
| キャベツ...愛知 | 柑橘...静岡・広島 |
| 1月牛乳産地...東京・群馬・岩手・青森・秋田・宮城 | |



ご卒業おめでとうございます

毎日を生きて過ごすためには、健康な体をつくるのが基本です。給食の時間や授業で学んだことを生かし、「食べたいもので体がつくられていく」ことを意識して、よりよい食生活を送ってほしいと思います。



《今月の給食》

2日(土) ひなまつり

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う日です。旬の食材を使ったちらし寿司やハマグリのお汁、ひし餅、ひなあられなどを食べて過ごします。給食ではセルフ手巻き寿司を出します



13日(水) 練馬スパゲッティ

リクエスト給食でも人気の高かった練馬スパゲッティの登場です。

14日(木) 赤飯

3年生の卒業、1・2年生の進級へのお祝い献立です。



15日(金) 3年生最後の給食

3年生最後の給食は、ジャージャー麺・フルーツナタデココの人気メニューです。小学校からの9年間続いた給食もこの日で最後! 最後まで美味しい、楽しい給食時間を過ごしてください



< 早寝・早起き・朝ご飯マーク >

知っていますか? 早寝・早起き・朝ご飯マーク

近年では「よく体を動かし、よく食べ、よく眠る」という基本的な生活習慣が乱れてきているといわれています。そして、その乱れが学習意欲や体力・気力の低下の要因の一つとして考えられています。その状況を改善するためにも家庭での取り組みとして、《早寝・早起き・朝ご飯》を心がけましょう。また、毎月の献立表にもシンボルマークを載せているので目にしたときには早寝・早起き・朝ご飯を実践できているか振り返ってみてください。