4月 給食だより

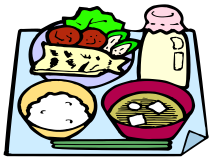
令和５年４月
練馬区立
石神井中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

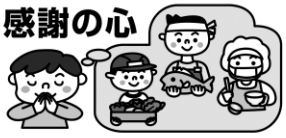
新しい学年での生活がスタートしました。生徒の皆さんは期待ややる気に満ちあふれていることでしょう。 本校の給食調理は、昨年度に引き続き(株)藤江の皆さんが毎日安全・安心・おいしい給食作りに努めてくださいます。１年間どうぞよろしくお願いいたします。

＜学校給食は「生きた教材」です＞

学校給食は、学校で食べる食事というだけではありません。
成長期にある子どもたちの健康増進、体位の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるよう、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となるものです。



給食等を通して学び、身に付けたいこと（食育の視点）

食事の重要性	心身の健康	食品を選択する能力
食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。	心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。	正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。
感謝の心	**社会性**	**食文化**
 食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。	食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。	各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。

出典：文部科学省『食に関する指導の手引―第二次改訂版―』（H31.3）

～石神井中学校では、季節の献立や食材の食べ比べ等を通して体験型の給食を提供していきます。～

＜今月の献立について＞

12日： ～入学・進級お祝い献立～

塩漬けした桜の花の入ったちらし寿司です。春の香りを感じてください。紅白けんちん汁には、紅白の白玉を作って入れます。

18日：ししゃもの磯辺揚げ

4月18日は「よい歯の日」です。歯の健康を守るためには、よく噛む事が大切です。カルシウムが豊富なししゃもをよく噛んで食べましょう。

20 日：～穀雨（こくう）～

二十四節気のひとつで「穀物を潤す雨が降る頃」という意味です。春の雨にちなんで春雨を使って春巻きを作ります。

24日：ポテトポレンタ

イタリア料理のじゃがいものデザートです。じゃがいもをマッシュしてバター・卵・粉チーズ・小麦粉を混ぜてカップに入れ、上には粉チーズをかけて焼きます。

～旬の食材～

＊14日 グリンピース

えんどう豆が熟す前のもので、4～6月が旬です。新鮮なものは味も栄養価も格別です。

＊17日 のらぼう菜

東京都西部で収穫されるアブラナ科の一種です。立川または八王子産です。

＊27日 たけのこ

竹かんむりに旬と書く「筍（たけのこ）」はすぐに成長してしまうため、おいしく食べられる期間が短い旬の食材です。

皆さんの健やかな成長を願って、たけのこごはんを作ります。

＜保護者の方へ＞

＊給食費の引き落としについて

１食333円です。今年度は第二子以降の給食費が無償となります。徴収方法等についての詳細は、事務作業が整い次第お知らせいたします。

＊配膳用エプロンの洗濯について

給食当番は１週間交代で行います。
給食当番をした週末にエプロンを持ち帰りますので、洗濯をして週明けに持たせてくださいますようお願いします。