

# 4月給食だよ！

平成30年4月  
練馬区立  
石神井西中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい環境になって、生徒の皆さんは期待とやる気に満ちあふれていることでしょう。しかし、知らないうちに疲れが溜まりやすい時期でもあります。早寝・早起き・朝ごはんを心掛けて、元気に一年をスタートさせましょう。



**<給食ではこのようなことを心掛けていきます>**

色々な食品を使用して、栄養バランスのとれた食事にする。

様々な食品を食べることで、味覚の幅も広がります。

旬の食材を取り入れて、季節感のある献立を提供する。

最近では一年中何でも食べられるようになり、食材の旬がいつなのかを知らない子どもが増えてきています。給食を通して本来の食材の旬とその美味しさを知ってもらいたいです。

合成着色料や保存料等、不必要な添加物が入っている食品はできる限り使用しない。  
できる限り手作りする。

**原則として国産品を使用する。** 無理な場合は、証明書を取って安全性の確認をしています。

**地場野菜を活用する。** 近隣の畑でとれる四季折々の野菜を使用します。

29年度に使用した地場野菜

キャベツ、きゅうり、にんにく、じゃがいも、小松菜、かぼちゃ、とうもろこし、大根、玉ねぎ、長ねぎ、白菜、枝豆、柚子、ブロッコリー、うど、水菜、里いも



### <石西中の給食室について>

調理業務は、昨年度に引き続き、フジ産業株式会社の皆さんが担当します。給食管理は、今年度より栄養士の栗田が担当いたします。生徒の皆さんに安全で美味しい給食を提供できるよう努めてまいります。一年間ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。




### <給食着の洗濯のお願い>



給食当番の生徒は、週末に使用したエプロン・三角巾を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をし、週明けに持たせてくださいますようご協力をお願いします。また、衛生的に配膳をするため、マスクの着用をお勧めします。エプロンの紛失や忘れ物にご注意ください。



### <今月の献立について>

- 1 3 日：桜入りちらし寿司・・・入学と進級のお祝いに桜の花の入ったちらし寿司を作ります。
- 1 6 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・小麦粉を混ぜて焼きます。
- 2 3 日：つみれ汁...あじのすり身でつみれを作ります。
- 2 7 日：たけのこごはん・・・旬の生たけのこを使います。生徒の皆さんがたけのこのようにすくすくと健やかに成長することを願って作ります。
- 



**学校給食費の納入にご協力ください！**

今年度も給食費は1食323円です。最初の引き落とし日は5月31日(木)です。  
引き落とし金額については、後日改めてお知らせいたします。

