



3月 給食だより



令和5年3月
練馬区立
石神井西中学校

今年度も残りわずかとなりました。保護者の皆様・地域の皆様の温かいご協力のおかげで、ここまで無事に給食を提供する事ができました。ありがとうございました。生徒の皆さんには、給食が多くの人に支えられて作られている事に改めて感謝し、“自分たちができることは何か”を考えて食事をして欲しいと思います。

＜リクエスト給食を取り入れています＞

今学期のリクエスト給食は、給食委員に候補メニューの選出をお願いし、その中から全校生徒へアンケートをとりました。結果は次の通りです。この7つのメニューは今月の献立に取り入れています。

今回は給食委員が食べたいメニューを話し合ってくれたので、今までのリクエスト給食とは違う結果になり、栄養士としても興味深かったです。自分が投票したメニューは選ばれていましたか？リクエストメニューには、表面の献立表に★印がついています。お楽しみに！

～主食（ごはん・パン・麺）部門～				
1位	ジャージャー麺 151票		2位	揚げパン 121票
～おかず（主菜・副菜部門）～				
1位	ジャンボ餃子 148票		2位	油淋鶏 85票
～デザート部門～				
1位	サイダーポンチ 114票		2位	手作りチョコブラウニー 110票
3位	いが栗ポテト 102票			

＜1年間の給食を振り返ろう＞

もうすぐ新しい学年になります。3年生は、ほとんどの人がこれで給食は最後になるかと思います。給食では生徒の皆さんに食のマナーや知識等、食に関する最低限の常識を身につけて欲しいとの願いを込めて日々提供してきました。自分自身で次の事項ができているか、振り返ってみましょう。

- ◎ 正しい姿勢で食事をしていますか？
- ◎ 食器をきちんと配置し、箸を使うことができますか？
- ◎ 食材の名前や旬を知っていますか？
- ◎ 好き嫌いをせず、何でも食べることができますか？
- ◎ 自分で食事を選ぶ時には、栄養を考えていますか？
- ◎ 食事の挨拶をきちんとし、感謝の心をもって食事をしていますか？



3月は学習だけではなく、給食も1年間のまとめの時期です。今月は、準備・片付けをしっかりとし、これらの事項を意識して食事をしましょう。

＜2月分 主な使用食材の産地＞

食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
うどん	栃木	にんにく	青森	さつまいも	茨城	生姜	長崎	にら	栃木
大根	徳島	もやし	栃木	青梗菜	静岡	小松菜	埼玉	人参	茨城
白菜	茨城	みかん	静岡	ピーマン	茨城	ごぼう	青森	きゅうり	埼玉
じゃがいも	鹿児島	赤ピーマン	高知	さやいんげん	沖縄	セロリ	静岡	長ねぎ	埼玉
たまねぎ	北海道	里芋	埼玉	ブロッコリー	愛知	きゃべつ	愛知	みかん	静岡
バナナ	フィリピン	りんご	青森	甘平	愛媛	ぶり	長崎	いか	ペルー
ほたて	北海道	いわし	千葉	スギヤマカジキ	静岡	しらす	宮崎	精白米	秋田
ししゃも	アイスランド	鶏肉	岩手	豚肉	群馬	さば	長崎	えび	ベトナム

今年度の給食は、3月23日（木）（3年生は3月15日（水））で終了です。
来年度の給食は4月10日（月）（新1年生は4月11日（火））から始まります。

