

# 3月 給食だより

令和8年2月27日  
練馬区立旭丘小学校

まだ寒さが残る日があるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。子供たちはこの1年で心身ともに成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月はリクエスト給食やお祝い献立、セレクト献立を予定していますので、ぜひ楽しみにしてください。

保護者の皆様、今年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。引き続き安心、安全な給食を提供できるように努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

## 3月の献立より



### ●3日(火)：ひなまつの献立

炒り卵、いんげん、鮭のフレークで彩り鮮やかなちらし寿司と、かわいらしい花のかまぼこが入ったすまし汁、冷凍の白桃の献立を作ります。

### ●13日(金)：6年生のリクエスト給食

この日は6年生のリクエスト給食です。メニューは当日までお楽しみです。

### ●16日(月)：セレクト給食「カツカレー」

カツカレーのカツを「チキンカツ」「トンカツ」の2種類から選んでもらいます。

### ●18日(水)：卒業祝い献立

旭丘小6年生と旭丘中9年生の卒業をお祝いして「お赤飯」「塩こうじから揚げ」「お祝い汁」を作ります。

## 2月の主な食材の産地



- 米…岩手県産ひとめぼれ
- 大麦…国産
- 牛乳(予定産地)…東京、群馬、山梨、岩手、青森、秋田、宮城、北海道
- 人参…千葉
- きゅうり…埼玉
- 玉ねぎ…北海道
- 小松菜…東京都瑞穂町
- じゃがいも…鹿児島
- ほうれん草…立川市
- 生姜…茨城
- ごぼう…青森
- にんにく…青森
- ピーマン…茨城
- キャベツ…愛知
- 白菜…茨城
- 長ネギ…千葉
- もやし…栃木
- 大根…神奈川
- さつまいも…千葉
- しめじ…長野
- ぼんかん…愛媛
- えのき…長野
- いちご…茨城
- まいたけ…東京都檜原村
- ネーブル…広島
- かぼちゃ…沖縄
- 鶏肉…岩手
- 豚肉…茨城
- 牛肉…北海道
- さわら…韓国
- ししゃも…カナダ、アイスランド
- ちりめんじゃこ…兵庫
- さば…韓国
- あじ…長崎

## 2月のメニューから

3日に作った「きなこ豆」の作り方を紹介します。豆まき用の「炒り大豆」を使うので簡単に作れます。また、仕上がりにきなこではなくココアをまぶすとココア豆になるので、アレンジも楽しめるメニューです。

### きなこ豆

<材料 作りやすい分量>

- 炒り大豆…30g
- 砂糖…30g
- きなこ…大さじ1
- 水…大さじ1/2
- スキムミルク…大さじ1

<作り方>

①鍋に砂糖、水を入れて火にかける。砂糖が溶けてぶくぶくとしたら火を止めて、大豆を入れて混ぜる。

②①にきな粉、スキムミルクを加えてよく混ぜる。



日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

朝ごはんを毎日欠かさず食べている

食事の前に手をきれいに洗っている

正しい姿勢で、よくかんで食べている

苦手な食べ物にも挑戦している

おやつは時間と量を決めて食べるようにしている

おはしを上手に使うことができる

食べたら歯を磨いている

おうちで食事のお手伝いをしている

家族や仲間と食事を楽しんでいる