

平成26年度

11月給食だより

練馬区立旭丘小学校

秋も深まり、日に日に寒さが増してきました。空気が乾燥している今の季節は、風邪を引きやすくなります。外から帰ってきた時や食事の前などは、手洗い、うがいをていねいに行いましょう。3食しっかり食べて、栄養を蓄えることも大切です。



すききらいせず何でもバランスよく食べて、健康なからだをつくりましょう。

11月の給食目標は、『感謝の気持ちで食事をしよう』です。

命をいただいていることへのありがとう。

米、肉、魚、野菜、果物など、食べ物には必ず命があります。
私たちは、毎日、動物や植物の大切な命をいただいています。

心をこめて作ってくれる人たちへのありがとう。

毎日の食事や給食は、たくさんの人たちの手によって作られています。
(お家の方、給食室の調理師さん、牛乳屋さん、八百屋さんなど)
旭丘小のみなさんのために、毎日がんばっています。

残さずに食べること、好き嫌いしないこと、食器を丁寧に扱うことなども、食事や給食を作ってくれる人たちへ、ありがとうの気持ちを伝えるメッセージになります。動物や植物の命を毎日いただいていることに感謝して、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。

保護者の方へお願い

学校給食費の徴収にご協力をお願いいたします。
今月の引き落とし日は、11月27日(木)です。



今月の献立から



大根、里芋、小松菜、キャベツ、ほうれん草、白菜は区内産のものを使用します。区内の畑でとれた新鮮な野菜を味わってください。

4日(火)

菊花ごはん 菊の花が咲く季節です。3日の文化の日になみ、黄色い菊の花のように見える、「菊花ご飯」を作ります。果物のみかんも、菊の花の形に見えるようにカットしました。

5日(水)

シチューのパイ包み焼き 今年度も登場します。カップに入れたシチューの上をパイで包み、卵を塗ってオープンでこんがり焼き上げます。

7日(金)

いい歯の日の献立 11月8日は、いい(11)は(8)の日です。いい歯の日にちなみ、かみごたえのある食べ物をたくさんとり入れました。よくかんで食べて、じょうぶで健康な歯を目指しましょう。

12日(水)

鮭とほうれん草のクリームパスタ 旬の秋鮭とほうれん草で、クリーム味のスパゲティを作ります。「三色野菜の和風ドレッシングサラダ」も残さずに食べましょう。

14日(金)

吹き寄せおこわ 使用するさつまいも、しめじ、にんじん、たけのこ、みつ葉など、色とりどりの材料は、風で舞う木の葉をイメージしています。

19日(水)

せんべい汁 青森県の郷土料理です。具だくさんの汁物に、南部せんべいをちぎって入れた料理です。

20日(木)

手作りカレーパン 初登場です。中のカレーからパン生地まですべて手作ります。

21日(金)

勤労感謝の日の献立 すべての穀物が豊かに実ることを願い、自然への感謝の気持ちを表す、「五穀豊穡」という言葉があります。勤労感謝の日になみ、あわ、きび、麦などを入れて、「五穀わかめご飯」を作ります。

26日(水)

練馬産キャベツの献立 区内の小中全校一斉に、練馬産キャベツを使った給食を実施します。旭丘小では、おいしくて新鮮なキャベツをたっぷり使い、子どもたちが大好きなサラダを作ります。

28日(金)

お誕生日給食 マーブルケーキは初登場です。手作りケーキで11月生まれのみなさんをお祝いします。