

いただきます

～給食だより 1月号～

←ホームページにて毎日の給食を紹介しています。

アクセスは
こちら



早寝早起き朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

令和8年1月8日

練馬区立豊玉南小学校
校長 長谷川 修
栄養士 宗形 元美



あけましておめでとうございます。新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。冬休み中は、ゆっくり過ごせたでしょうか。正月三が日が明けてからも、7日の「人日の節句」、11日の「鏡開き」、15日の「小正月」と、正月行事が続きます。人日の節句には「七草がゆ」を、小正月には「小豆がゆ」を食べて、1年の無病息災を願う風習があります。年末年始のごちそうで疲れた胃腸を休めるのにも、ぴったりな行事食です。また、鏡開きでは、歳神様にお供えしていた鏡もちを下げて、おしるこなどにして食べ、家族の健康や幸福を願います。3学期の給食は、9日から始まります。「鏡開き」にちなんで、「白玉おしるこ」を作ります。本年も、安全・安心・おいしい給食作りに励んでまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



～1月24日から30日～
学校給食について考えてみよう

給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。さまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。24日～30日は「全国学校給食週間」です。豊玉南小の給食では、「むかしの給食」や「東京都の食材」を紹介する献立、ミラノ・コルティナオリンピックにちなんだイタリア料理など、テーマのある給食を提供します。

☆とよみな給食室☆

*今回は12月の給食から、「練馬スパゲティ」を作っている様子を紹介します。この日は103キロの練馬大根を、すべておろしてソースを作りました！



練馬大根をていねいに洗淨し、皮をむいて、ほどよい大きさにカットします。機械にかけてすべて大根おろしします。



釜いっぱいの大根おろしをツナ、調味料といっしょに煮込みます。



練馬大根と青首大根を展示してくらべてみました。



「練馬スパゲティ」の作り方は、練馬区のホームページでも紹介しています。材料は、大根・ツナ・砂糖・しょうゆ・塩・酢・刻みのり・スパゲティと、とてもシンプルです。ぜひ大根のおいしい季節に、ご家庭でも作ってみてください。

【給食のお知らせ】

★9日(金)より給食が始まります。ランチョンマット、白衣(持ち帰った人)、給食当番用のマスクを忘れずに持たせていただけますようお願いいたします。ランチョンマットは毎日持ち帰り、清潔なものをもちたせていただけますようお願いいたします。

★今週末、令和8年度にむけた「アレルギー疾患問診票」を配付いたします。全員ご提出をお願いいたします。

給食や、学校生活においてアレルギー疾患に対する管理を必要とされるご家庭には、別途「学校生活管理指導表」や「面談希望調査票」等を配付いたしますので、お早めに受診の計画を立てていただきますようお願いいたします。

【給食当番の白衣のお洗濯について】

★給食当番では、共用の給食着(白衣・エプロン)を使用することを基本としています。給食着をご家庭で洗濯される際には、香りの強い柔軟剤等の使用を控えていただくよう、ご配慮をお願いします。香りによって体調に影響を受ける児童もいますので、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。なお、柔軟剤の香りや衛生面での不安、その他のご事情がある場合には、各ご家庭で用意した給食着(袖のあるエプロン・三角巾等)を使用することも可能です。希望する場合は担任の先生へご連絡ください。

