

いただきます



～給食だより 3月号～

←ホームページにて毎日の給食を紹介しています。



早寝早起朝ごはん
「早寝早起朝ごはん」運動シンボルマーク

令和8年2月27日

練馬区立豊玉南小学校
校長 長谷川 修
栄養士 宗形 元美

いよいよ3月ですね。早いもので、今の学年で過ごす日も、残りわずかです。4月には給食当番の白衣を着るのにひと苦労だった1年生も、スムーズに配膳や片づけができるようになりました。苦手だったものが食べられるようになったり、時間内に食べ終われるようになったり、お皿をぴかぴかにして返してくれたり……。給食を通して、ひとりひとりの成長を感じ嬉しく思っています。6年生は、いよいよ卒業ですね。小学校6年間の給食、どんな思い出があるでしょうか？私たちの体は口から入った食べ物でできています。「食べること＝生きること」です。健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。これからも「食べること」を大切に、また、「食べること」を楽しんで、健康で充実した毎日を送ってほしいと思います。

1年間の食生活をふりかえってみよう



食事の前に、手をきれいに洗っていますか？



朝ごはんを毎日欠かさず食べていますか？



よくかんで、味わって食べていますか？



毎日の食事を楽しんでいますか？



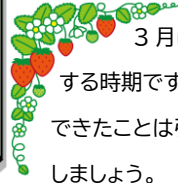
おやつは決まった時間に、量を決めて食べていますか？



苦手な食べ物にも挑戦していますか？



3月は、卒業や進級に向けて、1年間のまとめをする時期です。これまでの食生活を振り返ってみましょう。できたことは引き続き、できなかったことは、今後の目標にしましょう。



1年間ありがとうございました！

◎今年度も、給食を通して子どもたちの成長を見守ることができたことを嬉しく思っています。「ごちそうさまでした！」「おいしかったです！」という言葉や笑顔に励まされながら、給食室一同、安全で安心な給食作りに努めてまいりました。今年度の給食は、3月23日（月）で終了です。保護者のみなさま、1年間、本校の給食運営に、御理解と御協力をいただきまして、ありがとうございました。



6年生の献立

家庭科「まかせてね 今日の食事」より

6年生が、2学期の家庭科の授業で、1食分の献立を考えて作るという課題に取り組みました。考えた献立は、冬休みの間にそれぞれの家庭で、家族のために作りました。この授業に関連させて、6年生が考えた献立の中から1つを選び、3月の給食の献立に取り入れました。

3月9日（月）「麦ごはん、鮭のホイル焼き、小松菜のおひたし、卵とわかめのスープ、牛乳」です。

☆栄養バランスや彩りにも気をつけながら考えてくれました。※使用する食材や調理法、味付けなどは給食用にアレンジして提供します。



*4～6年生 ランチルーム交流給食

今年度は、3学期にもランチルーム給食を実施しています。

3学期は、4年生以上で2クラス交流給食を行っています。

広いランチルームを活用して、2クラスと一緒に給食を食べています。いつもと違う顔ぶれに少し緊張した様子もありつつ、にぎやかに給食時間を過ごしています。



2月と3月の給食に、6年生からのリクエストメニューを取り入れています。2月は「パリパリ海藻サラダ」「ミルクコーヒ」「ぶどうゼリー」「みそラーメン」「フルーツヨーグルト」「クリームシチュー」「スイートポテト」を出しました。

3月は、「サーターアンダギー」「ABC スープ」「練馬スパゲティ」「ミルクティプリン」「ココア揚げパン」「かきたま汁」「ジャージャー麺」「サイダーボンチ」「ジャンボぎょうざ」「から揚げ」がリクエストの多かったメニューです。

こちらもお楽しみに！

