



2月給食だより

練馬区立豊玉南小学校
校長 風見 由起夫
栄養士 藤田 純恵

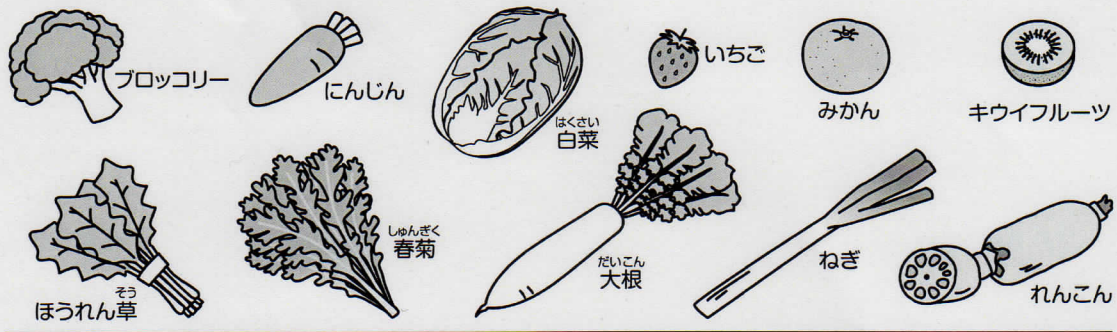
早寝早起朝ごはん
「早寝早起朝ごはん」運動シンボルマーク

1年で最も寒い時期になりました。暦の上では春を迎えますが、寒さはまだまだ続きます。風邪やインフルエンザにかかる人も増えています。栄養バランスのよい食事と、規則正しい生活を心がけ、寒さに負けない元気な体を作りましょう。うがいや手洗いも忘れないようにしてくださいね。

旬の野菜や果物で、風邪を予防しよう

旬の野菜や果物には、風邪の予防に役立つ栄養素が多く含まれています。旬の野菜や果物を食べると、抵抗力もアップします。毎日の食事に、ぜひ取り入れてみてください。

今が旬の野菜・果物



「牛乳パック きれいに片入れようキャンペーン」を行いました

牛乳パックをきれいに片付けようという気持ちを高めてもらおうと、給食委員会が中心となって「牛乳パック きれいに片入れようキャンペーン」を行いました。牛乳パックだけでなく、ストローやストロー袋の片付け方も確認しました。

学年にかかわらず、パックをきれいにたたんでまとめ、ストローのごみもしっかりまとめているクラスがたくさんありました。ピカピカに片付けられて返された牛乳パックを見ていると、とても気持ちがよかったです。

キャンペーンは終わりましたが、これからもきれいに片付けてくれることを期待しています。



きれいに片付けられた牛乳パック。
クラスで協力してがんばりました！

<2月の食材の主な産地(予定)>

食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地
にんにく	青森県	じゃがいも	北海道 長崎県 鹿児島県	こまつな	東京都 埼玉県	ほうれんそう	東京都 千葉県 群馬県
しょうが	高知県	セロリ	静岡県	キャベツ	練馬区 神奈川県 愛知県	はくさい	茨城県 群馬県
にんじん	千葉県 埼玉県	ねぎ	千葉県 埼玉県	だいこん	練馬区 千葉県	米	青森県産「つがるロマン」
たまねぎ	北海道	もやし	栃木県	えのきたけ	新潟県 長野県	鶏卵	茨城県
ごぼう	青森県	きゅうり	群馬県 高知県	にら	茨城県 栃木県	豚肉	茨城県 群馬県 埼玉県
いんげん	沖縄県 鹿児島県	さといも	埼玉県	ぼんかん	愛媛県	鶏肉	宮崎県 鳥取県 青森県
ピーマン	宮崎県 高知県	さつまいも	茨城県 千葉県	いよかん	愛媛県	牛乳	東京都 群馬県 山梨県 岩手県 秋田県 宮城県 青森県
チンゲン菜	茨城県	ブロッコリー	愛知県				