

3月給食だより



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



まだまだ寒い日が続いていますが、日中のポカポカとした日差しが時折見られ、春のおとずれを感じます。

今年度は給食開始が6月になるなど、例年とは違った1年になりました。そのようななかでも6・11月には練馬産キャベツ、12月には練馬大根を使った給食を、練馬区全小中学校で一斉に提供することができました。また、支援事業により、和牛肉や海産物を無償で給食に取り入れ提供し、例年とは違う給食を楽しむこともできました。

令和2年度の給食も残りわずかとなりました。最後まで注意を払い、安全な給食に努めていきたいと思えます。

★6年生のリクエスト



1組

- ・わかめごはん
- ・牛乳
- ・くじらの竜田揚げ
- ・コーンサラダ
- ・しじみのみそ汁
- ・ミニトマト

2組

- ・練馬スパゲティ
- ・牛乳
- ・フルーツポンチ

すずしろ

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・キーマカレー
- ・大豆と小魚の揚げ煮
- ・卵スープ
- ・りんご

6年生は英語の授業で「How much is it?」「Where is it from?」を学びながら、給食のリクエストを考えました。「人参はいくら?」「産地はどこ?」「人参は栄養素で分けると赤・黄・緑のどの色?」など、英語で楽しく考えながら献立を決めてくれました。1組の「しじみのみそ汁」は「じゃが芋のみそ汁」に変更、2組は「野菜ソテー」を1品追加して、リクエスト給食として提供します。

すずしろ学級の6年生は、みんなが好きな給食を考えました。調理作業の関係上、1回で提供することができないため、「麦ごはん・牛乳・キーマカレー・フレンチサラダ・りんご」「鶏ごぼうごはん・牛乳・大豆と小魚の揚げ煮・大根のおかか和え・卵スープ」の2回に分けました。

6年生にとって、小学校での給食は今月が最後となります。小学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残ってくれるとうれしいです。バランスよく食べることの大切さを忘れずに、これからの人生を、心身ともに健康に過ごせるよう願っています。



★給食を通して伝えたいこと

学校給食は栄養バランスだけでなく、我が国の食文化を伝えるという役割もあります。残量の様子から、和食の献立は人気のある方ではありませんが、味や色どりなどに工夫しながら、ごはんには合う献立を積極的に取り入れています。また、「なす」「ピーマン」「うど」「ゴーヤ」等の、子供たちが敬遠しがちな食材を使うなど、必ずしも人気のない献立もあえて提供するようにしています。これは、小学校で様々な味覚や食感などを身に付けることによって、子供たちが多くの食について「引き出し」をもつことができ、将来に向けて食の幅が広がると思うからです。御家庭でも学校給食と連動して、子供が好きなものに偏らないよう、また味覚の幅を広げることができるよう、今後も御協力お願いいたします。