

令和3年度

練馬区立田柄第二小学校

令和4年3月1日

校長 岩井 一雄

栄養士 庄司 陽子

3月給食だより



新じゃがいもや新キャベツ、菜の花やふきのとう。春野菜が店頭に並び始めました。日に日に寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。

今のクラスや学年で食べる給食も残りわずかです。楽しく、思い出に残る給食になるよう「安全でおいしい給食」を作っていきたいと思います。



「早ね 早おき 朝ごはん」

シンボルマーク

3月の給食目標 一年間の食生活を振り返ろう

この一年でどのくらいからだが大きくなりましたか。一年間の食生活や給食を通して学んだこと、できるようになったことを振り返って、これからも食を大切にして、元気に過ごしてください。

食事の前には、石けんで
手洗いをしましたか？

朝ご飯をしっかりと
食べましたか？

給食当番の時、きちんと
はいぜんが
できましたか？

はしを正しく使えましたか？

感謝の気持ちを込めて、
食事のあいさつが
できましたか？

好ききらいをせずに
食べられましたか？

よくかんで食べましたか？

できなかったことは、
来年度できるように
がんばりましょう



ちょうりん通信

ちょうりんが給食室の調理員さんに卒業する6年生へのメッセージを聞いてきました。

6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。

6年間で楽しい思い出がたくさんできたとお思います。給食も楽しい思い出の一つになっているといいなとお思います。最後のメニューは「とんかつ」です。「中学校でも頑張れ！」のメッセージを込めて作ります。

3月が旬の食材

野菜	大根	かぶ	れんこん	きゃべつ	菜の花	にら
うど	ふきのとう	みずな	ブロッコリー	カリフラワー	たまねぎ	
はつがつお	鯛	わかさぎ	さわか			
魚	初鯉	鯛	わかさぎ	さわか		
果物	甘夏	でこぼん	はっさく	いよかん	いちご	

2月に使用した野菜の主な産地

- | | | | |
|-----------|-------------|--------------|-----------|
| ・人参 千葉県 | ・玉ねぎ 北海道 | ・じゃがいも 鹿児島県 | ・小松菜 埼玉県 |
| ・白菜 茨城県 | ・ねぎ 栃木県 | ・さつまいも 千葉県 | ・きゅうり 千葉県 |
| ・キャベツ 愛知県 | ・カリフラワー 熊本県 | ・にんにく 青森県 | ・生姜 高知県 |
| ・ピーマン 茨城県 | ・里芋 埼玉県 | ・大根 千葉県 神奈川県 | ・セロリ 静岡県 |

3月の献立から

6年生がたてた献立



2月に引き続き、6年生がたてた献立を出します。

人気のあった「わかめご飯」、「鯖の味噌煮」の中でも、栄養バランスの良かった献立を採用しました。今年度、採用できた献立は20人でしたが、選ばなかった献立も素晴らしいものばかりでした。

6年生には、中学生になっても、食を大切にして欲しいと思います。今月の献立は田二小ならではのメニューを多く取り入れました。

★郷土料理「岩手県」

18日(金) ・魚の南部焼き・茎わかめの和え物
・はっと汁

南部焼きは肉や魚介類に下味をつけ、「ごま」をまぶした料理のことです。南部地方（現在の岩手県と青森県にまたがる地方）が、ごまの名産地であることから名付けられました。また、三陸海岸ではわかめの養殖が行われています。

はっと汁は東北地方に伝わる郷土料理です。すいとんを薄くしたような生地を入れます。

★世界の料理「チュニジア料理」

22日(火) ・クスクス風トマトシチュー

北アフリカの国「チュニジア」では小麦粉の粒から作る「クスクス」を主食にしています。クスクスに似ている「あわ」をご飯に入れました。また、地中海に面しているため、トマト料理もよく食べられています。