

3月給食だよ

令和 4年 2月 28日
練馬区立光が丘四季の香小学校
校長 繁田 幸江
栄養士 伊藤 さおり

3月は学校生活の1年間の締めくくりの季節です。進級、卒業を前に楽しい思い出がたくさんできるよう、給食の献立も華やかにし、6年生の考えたオリジナルカレーや6年生のリクエスト給食を多く取り入れました。ご家庭でもお子さんの1年間の成長を振り返り、来年度に向けて目標を立ててみてはいかがでしょうか

1年間、ありがとうございました

コロナ禍ということで「前向き」「黙食」での給食時間でしたが、ルールをきちんと守り、給食を残さずよく食べていましたね。きっと、この1年で心も体も大きく成長したことでしょ

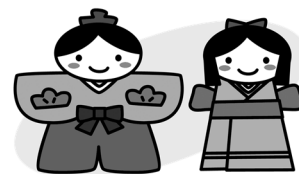
う。保護者の皆さま、今年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。引き続き、安心・安全な給食を提供できるよう、職員一丸となって努めてまいりますので、よろしくお願い致します。



と卒業
おめでとう
ございます

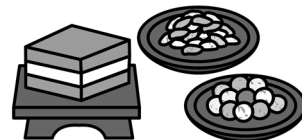
卒業生の皆さんは、いよいよ卒業…本校の給食ともお別れです。日々の給食から、どのようなことを感じ、学びましたか？ 食べることを大切にするということは、自分自身を大切にすることにつながります。給食から学んだことを生かし、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。

3月3日 ひな祭り



女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いする「ひな祭り」。ひな人形や桃の花を飾り、ちらしずしやハマグリ潮汁などをいただきます。そして、ひな祭りのお菓子といえば、ひしもちとひなあられが代表的です。ひしもちは、ひし形をした「桃・白・緑」の3色のもちを重ねたものが定番で、ひなあられは、関東地方では米粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmくらいの丸形のあられが親しまれています。ほかにも、全国各地にさまざまなお菓子がありますので、一部をご紹介します。

地域色あふれる ひな祭りのお菓子



おこしもん
(愛知県)



いがまんじゅう
(愛知県西三河地域)



ひちぎり
(京都府)



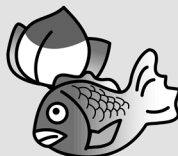
おいり
(鳥取県)



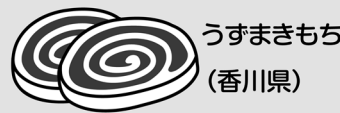
からすみ
(岐阜県)



くじらもち
(山形県)



金花糖
(石川県金沢市)



うすまきもち
(香川県)

2月に使用した主な食材の産地

○しょうが	高知県	○チンゲン菜	千葉県	○さつまいも	千葉県
○にんにく	青森県	○玉ねぎ	北海道	○いんげん	北海道
○たけのこ	愛媛県	○じゃがいも	長崎県	○大根	〔練馬区 千葉県〕
○もやし	栃木県	○きゅうり	高知県	○小松菜	〔瑞穂町 府中市〕
○ごぼう	青森県	○しめじ	長野県	○長ねぎ	瑞穂町
○にら	千葉県	○しいたけ	群馬県	○デコポン	愛媛県
○ピーマン	茨城県	○えのきたけ	長野県	○ぽんかん	愛媛県
○里芋	愛媛県	○キャベツ	愛知県	○りんご	青森県
○パセリ	茨城県	○ほうれん草	群馬県		
○白菜	茨城県	○にんじん	千葉県		
○かぼちゃ	鹿児島県	○セロリ	長野県		

3月の献立から



★3月2日 6年生のリクエスト給食

主食部門第2位はみそラーメンです。とんこつでとったスープに、手作りの練りみそを溶かした野菜もたっぷり食べられる、やさしい味わいのラーメンです。添えられた煮たまごも人気です。

★3月3日 桃の節句献立

ひなまつりのお祝いにちらし寿司を作ります。桃の節句にちなんで、デザートには桃のジュースと桃の缶詰を使った、桃ゼリーを作ります。



★3月8日 6年生のリクエスト給食

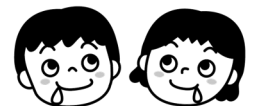
おかず部門第3位はぎょうざです。畑の肉と呼ばれる大豆から作られた大豆ミートも使った、ヘルシーでおいしい棒ぎょうざを作ります。

★3月16日 6年生の考えたオリジナルカレー

コロナがあっても思い出に残ることをみんなでやりとげようと、6年生は外国語の授業でカレーのレシピをいくつか考えてくれました。かくし味にトマトやソースを使ったチキンカレーに、うずらの卵を添えた6年生オリジナルカレーです。楽しみにしててください。

★3月22日 卒業・進級お祝いケーキと6年生のリクエスト給食

今年はコロナの影響でお誕生日給食のケーキが出せませんでした。ケーキをみんなに食べてもらいなあと考え、3月のお祝いのケーキとして作ることにしました。東京で収穫されたブルーベリーを使ったケーキを作ります。



主食部門第3位はねりまスパゲッティです。大根おろしとツナのソースは、大根の自然な甘みを引き出した、子供たちにも食べやすい人気の料理です。

★3月23日 卒業・進級お祝い献立と6年生のリクエスト給食

おかず部門第2位、鶏のから揚げです。今年度最後の給食はお祝いの和食の献立としました。お赤飯はささげを朝からふっくらと煮て、煮汁を使い紅い色に炊きあげます。鶏のから揚げもエビフライも給食室で下味をつけて、衣をつけて揚げていきます。すまし汁はお祝いのなるとを入れて、目でも味わえる給食にしました。