

給食だより



練馬区立光が丘春の風小学校
校長 内木 勉
栄養士 配島 葉子

いよいよ、今の学年で過ごす最後の月となりました。給食の様子を見ていると、4月からこれまでの間に、子供たちが大きく成長してきたことが分かります。食べる量が増え、給食の配膳や後片付けも上手になりました。

一年間のしめくくりとなる時期です。1年間を振り返って、自分の食生活を見直してみましよう。

1年間の振り返り
チェックシート

この1年間の給食や食生活などを振り返ってみて、下の【 】を参考に□の中に入れてみましょう。

【よくできた…◎ 大体できた…○
たまにできた…△ 全然できなかった…×】

給食当番	身じたくをきちんと整えることができた。	丁寧に盛り付けをすることができた。	協力して準備と後片付けをすることができた。
給食時間	給食の前に手をきれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふくことができた。	好き嫌いせずに食べることができた。苦手な食べ物にも挑戦することができた。	健康によい食事のとり方や、郷土食、行事食について知ることができた。
食事マナー	姿勢を正して、よくかんで食べることができた。	マナーを守り、みんなで楽しく食べることができた。	正しい食器の置き方、はし持ち方で食べることができた。
その他	早寝・早起きを心がけ、朝ごはんを食べってから登校することができた。	おやつは健康を考えて選び、時間と量を決めて食べることをできた。	食事の準備や買い物など、おうちの人のお手伝いをすることができた。

春のお彼岸とぼたもち

春分の日を挟んだ1週間は、春のお彼岸です。仏教では西に極楽浄土があるとされ、真西に太陽が沈むこの時期に、お墓参りをしてご先祖様をのびます。同じように、秋にもお彼岸があります。お彼岸の食べ物といえば、「ぼたもち」と「おはぎ」。どちらも、もち米とうち米を混ぜて炊いたご飯をつぶして丸め、小豆のあんなどで包んだものです。



季節の花にちなみ、春は牡丹で「ぼたもち」、秋は萩で「おはぎ」と呼ばれます。

保護者の皆様へ

おかげさまで、今年度も無事に給食を実施することができました。

白衣の洗濯など、学校給食へご理解・ご協力いただき、ありがとうございました。

★3月に使用する主な食材の産地（予定）★

きゅうり	千葉県、埼玉県	にら	茨城県、栃木県	にんにく	青森県
ごぼう	青森県	ほうれん草	埼玉県	白菜	茨城県、群馬県
いんげん	沖縄県	チンゲン菜	静岡県	里芋	埼玉県
青ピーマン	茨城県、宮崎県	ブロッコリー	愛知県	しょうが	長崎県
じゃがいも	鹿児島県、長崎県	にんじん	埼玉県、徳島県	小松菜	江戸川区、府中市
キャベツ	愛知県	大根	神奈川県、千葉県	りんご	青森県
たまねぎ	北海道	ねぎ	埼玉県、千葉県	せとか	愛媛県
もやし	栃木県	葉ねぎ	千葉県、静岡県	でこぼん	愛媛県
れんこん	茨城県	なばな	千葉県	米	青森県
牛乳	東京都、群馬県、山梨県、岩手県、青森県、秋田県、宮城県、山形県、北海道				