

# 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 葩島 葉子

空気が冷たく、乾燥しています。かぜやインフルエンザ、ノロウイルスが心配な季節です。外から帰ってきた時や食事の前には、必ず手洗い、うがいをして、体調管理に充分気をつけましょう。のどが痛い？お腹の調子が悪い？と少しでも具合が悪いと感じたら、早めに休み、しっかり食事をして、体の中から温めることを心がけて過ごしましょう。

また、これからの時期は、感染性胃腸炎などの感染症が発生しやすい季節でもあります。そのため、給食室では衛生面に細心の注意を払いながら、毎日の給食を作っています。

皆さんも、まずは基本の「手洗い」から清潔な環境づくりを心がけましょう。



## 12月3日は、練馬大根給食の日です！

12月3日には、区立の小中学校が一斉に練馬大根を使用した献立を作ります。本校では、児童に人気がある、すりおろした大根とツナを使った「練馬スパゲティ」を作ります。

今回使用する練馬大根は、1日の日曜日に「練馬大根引っこ抜き大会」で収穫する練馬大根です。



## 12月4日は、ねり丸キャベツ給食の日です！

練馬区で一番多く栽培されている野菜は、キャベツです。

練馬の産物や食文化に関する理解を深めることと、生産者に対する感謝の心を育むことをねらいとして、12月4日、区立の小中学校が一斉に、練馬産のキャベツを使用した献立を実施します。

本校では、家常豆腐とサラダにキャベツを使います。

例年11月に実施しているねり丸キャベツの献立ですが、今年は生育が遅れ、12月に実施することになりました。

地元の生産者の方々が大切に育てたキャベツが、練馬区教育委員会から提供されます。地場産ならではの新鮮な味を、生産者の方々に感謝しながら楽しんでほしいと思います。



## ★12月に使用する主な食材の産地（予定）★



カリフラワー	熊本県、埼玉県	玉葱	北海道	まどonna	愛媛県
ごぼう	群馬県	じゃが芋	北海道	里芋	練馬区
生姜	高知県	南瓜	北海道	ブロッコリー	練馬区
かぶ	千葉県	りんご	山形県、青森県	白菜	練馬区
にら	茨城県	ピーマン	茨城県	キャベツ	練馬区
もやし	栃木県	ほうれん草	立川市	大根	練馬区
さつま芋	茨城県	にんじん	町田市	ゆず	練馬区
長ねぎ	山形県、千葉県	小松菜	町田市、瑞穂町	米	北海道
牛乳	東京都、群馬県、山梨県、岩手県、青森県、秋田県、山形県、福島県、北海道				