



11月給食だより

令和2年10月30日発行
練馬区立関町小学校

秋も深まり、朝夕の気温が一段と低くなってきました。これからの季節、気温差から体調を崩しやすくなります。3食しっかり食べ、「早寝・早起き・朝ごはん」で、インフルエンザや風邪に負けない元気な身体をつくってほしいと思います。



11月23日は「勤労感謝の日」～感謝して食べよう～



「いただきます」と「ごちそうさまでした」



私たちが普段何気なく食べているものは、肉や魚に限らず、米や野菜など、もとはみんな生きていたものです。また、食事ができあがるまでには、農作物を作る人、家畜を育てる人、魚をとる人、食べ物を運ぶ人・販売する人、料理を作る人など、多くの人が関わっています。感謝の気持ちを込めて「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをし、なるべく残さず食べましょう。

た もの いのち しよく じ かか ひと
食べ物の命・食事ができあがるまでに関わる人たち

かん しゃ き も
**感謝の気持ちを
わす
れずに…**



ありがとう♡

♪地場野菜を使用した学校給食の一齐実施について♪

練馬区教育委員会では、児童生徒に対し練馬の産物、食文化、食に関する歴史への理解とともに生産に携わる人々への感謝する心の育成などを目的として小中学校全校一齐に区内産野菜を使用した学校給食を実施しています。

区から供給される野菜は『練馬産キャベツ』、『練馬大根』です。

関町小では、11月11日に練馬産キャベツをたっぷり使ったホイコーロー、12月7日に練馬大根を使った練馬スパゲッティーを実施します。



練馬区で1番作られている野菜です。農地面積は、東京ドームの12.5倍！



練馬区の伝統的野菜です。給食では練馬大根引っこ抜きコンテストで収穫された大根を使用します。



☆11月の献立から☆

- 2日(月)：シェパーズパイはイギリスの料理です。ミートソースの上にマッシュポテトをのせて焼きます。
- 4日(水)：キャラメルポテトは、砂糖とバターでキャラメルソースを作り、揚げたさつまいもにかけたものです。
- 6日(金)：秋の香りごはんは、秋が旬のさつまいもときのこを使って作ります。
- 10日(火)：関町小学校の開校記念日をお祝いして、お赤飯を炊きます。
- 11日(水)：練馬区産のキャベツをたっぷり使ったホイコーローを作ります。
- 13日(金)：きなこ揚げパンは、2-1、2-2、2-4、3-3、5-1のリクエストメニューです。
- 17日(火)：ししゃもの磯辺揚げを作ります。頭から骨まで食べられる小魚は、カルシウムがたっぷりです。給食では、ししゃもやじゃこなどの小魚が、毎月登場します。
- 18日(水)：スイートポテトは、4-3、6-4のリクエストメニューです。
- 24日(火)：チキンドリアは、ごはんの上にクリームソースとチーズをのせて焼いた料理です。調理員さんが一人分ずつごはんを計ってアルミカップに入れてあります。
- 26日(木)：みそラーメンは、6-2のリクエストメニューです。
ジャンボぎょうざは、4-2、4-4、6-1のリクエストメニューです。
直径15cmの皮を使って作ります。

11月～2月の給食には、全クラスのリクエストメニューが入ります。もう一度食べたい給食メニューをクラスごとに話し合ってもらいました。11月は「きなこ揚げパン」「スイートポテト」「みそラーメン」「ジャンボぎょうざ」が登場します。来月もお楽しみに！

給食費の引き落とし日 11月4日(水)

前日までに口座を御確認の上、御協力よろしくお願ひいたします。

※振替手数料が10円かかります。

1・2年生:5,500円

3・4年生:5,800円

5・6年生:6,200円

