



12月給食たより

令和6年11月29日発行
練馬区立関町小学校



今年も残すところ、あと1ヶ月となりました。寒さがだんだん厳しくなり、かぜをひきやすい季節になります。バランスの良い食事と規則正しい生活をして、寒さに負けず、元気に過ごしましょう。



6年生 外国語「My Sandwich」

外国語の先生から授業について、教えてもらいました！

6年生は「Unit5 Where is it from?」の学習で、世界と自分たちのつながりについて考える学習をしました。この单元では、身の回りの食品や製品が世界のどこから来ているかを調べ、プレゼンテーションを使って発表する活動を行いました。

学習の中盤では、オリジナルのサンドウィッチを考え、どのような食材を入れたか、どこから来た食材かについて英語で表し、発表を行いました。おいしさ、栄養バランス等を考え、自分のサンドウィッチの魅力が伝わるように工夫をこらしたスピーチがたくさんあり、とても素晴らしかったです。

今回、各クラスで選ばれたサンドウィッチを元にアレンジしたメニューが給食に登場します。6年生が考えたサンドウィッチメニューを味わって食べてください！

◆◇Sandwich Menu◇◆

5日(木): 6-1 【CTC サンドウィッチ】C:carrot T:teriyaki chicken C:cabbage
パンにてりやきチキン、キャベツとにんじんのソテーをはさんで食べます。

19日(木): 6-3 【PSO サンドウィッチ】P:potato S:sausage O:onion
じゃがいも、ソーセージ、玉ねぎを使ってミートソース焼きを作ります。
それをパンにはさんで食べます。

給食委員会の活動

給食委員会では、10月21～25日に【残菜減らそう運動】を行いました。この運動は、給食委員会のメンバーから、残菜を減らすために、「給食の残菜を意識しよう！」「一口チャレンジしてみよう！」という声があがり、実施しました。この活動で、学校全体で残菜が減ったので(牛乳を除く)、リクエストクーポンを配布しました。12～3月の給食でリクエストメニューが入ります。ぜひ、お楽しみに！

【今月のリクエストメニュー】

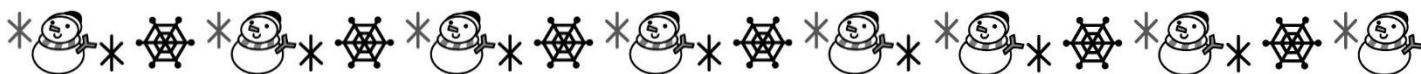
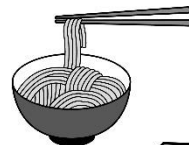
- ・ 4日(水)：ジャンボぎょうざ…2年1組、5年3組、5年4組、6年3組
- ・ 12日(木)：いがぐりくん…4年1組、4年3組、4年4組
- ・ 25日(水)：ホイップココアゼリー…6年1組



図書委員会の活動



図書委員会では、10月の読書週間に「どっちが食べたい？選手権」を行いました。図書委員会の「ふしぎなでまえ」の読み聞かせ動画を見て、登場した「カレーライス」と「ラーメン」から、食べたい方を全校児童に投票してもらいました。投票の多かった「ラーメン」を給食で出します。「しょうゆラーメン」を作ります。ぜひ、お楽しみに！



❖12月の献立から❖

10日(火)：練馬区災害用食糧を使った「わかめごはん」です。
炊飯器は使わず、災害時と同じ方法で「わかめごはん」を作ります。

13日(金)：校長先生コラボメニューを行います。校長先生の出身地である、新潟県にちなんだ給食を作ります。ごはんは新潟県産コシヒカリを使用する予定です。
また、新潟県の郷土料理「のっぺい汁」を作ります。

♪地場野菜を使用した学校給食の実施について♪

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で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『練馬区産キャベツ』、『練馬大根』です。

関町小では、3日(火)に練馬大根を使った練馬スパゲッティ、

11日(水)に練馬区産キャベツをたっぷり使ったホイコーロー、を実施します。



☆給食献立をご紹介☆ イカのチリソース

先月人気だった献立を紹介します。ぜひ、ご家庭で作ってみてください。

【材料】4人分

〔イカ〕

- ・イカ 4切れ
- ・こしょう 少々
- ・酒 小さじ1
- ・かたくり粉 大さじ3
- ・小麦粉 大さじ1
- ・あげ油 適量

〔タレ〕

- ・ごま油 小さじ1/2
- ・にんにく(みじん切り) 0.8g
- ・しょうが(みじん切り) 0.8g
- ・ねぎ(みじん切り) 16g
- ・酒 小さじ1/2
- ・さとう 小さじ1/6
- ・トマトケチャップ 大さじ1・2/3
- ・水 大さじ1・1/3
- ・しょうゆ 小さじ1/2
- ・トウバンジャン 0.2g
- ・かたくり粉 小さじ1/3
- ・水 小さじ1/3

【作り方】4人分

〔イカ〕

1. イカにこしょう、酒をかけて置いておく。
2. イカにかたくり粉、小麦粉をつけて油であげる。

〔タレ〕

1. にんにく、しょうが、ねぎをみじん切りにする。
2. 鍋にごま油、みじん切りしたにんにく、しょうが、ねぎを入れて、いためる。
3. 酒～しょうゆまでの調味料を入れてにこむ。
4. トウバンジャンを入れる。
※トウバンジャンの量は、お好みで調整してください。
5. かたくり粉と水をまぜる。鍋にゆっくり入れてとろみをつける。
6. あげたイカにタレをかけて完成！



＊＊11月の食材の産地＊＊

飲用牛乳(10月)：東京都、群馬、山梨、岩手、青森、秋田、山形、福島、北海道

人参：北海道、千葉 キャベツ：群馬、愛知、茨城 大根：千葉 ねぎ：山形 玉ねぎ：北海道 白菜：長野

小松菜：東京都、埼玉 ほうれん草：宮崎 チンゲン菜：千葉 セロリ：長野 ごぼう：青森、群馬

れんこん：茨城 もやし：栃木 きゅうり：福島、埼玉 ピーマン：茨城 しめじ・えのき：長野

しょうが：高知 にんにく：青森 さつまいも：千葉 じゃがいも：北海道 マスカット：長野

ブルーベリー：練馬区(はまなか農園) とり肉：岩手、青森 ぶた肉：千葉 いか：青森

銀さわら：ニュージーランド さけ：北海道 ししゃも：ノルウェー・アイスランド