

12月 給食だより



令和6年11月29日
練馬区立大泉西小学校
校長 岩切 洋一



手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。



手洗いのポイント

せっけんをつけ、こするように洗います。



汚れの残りやすい部分は念入りに。



流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水分を拭き取りましょう。



水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおろそかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなります。乾燥が気になるときは、保湿剤をこまめに塗りましょう。



外から帰ったときには、うがいも忘れずに。ブクブクうがいの後に、ガラガラうがいをすると効果的です。



練馬区一斉給食の日～練馬大根12/2(月)ねり丸キャベツ12/11(水)～

今月は、練馬区一斉給食が2回あります。一斉給食は練馬の全小中学校で練馬区内で収穫された野菜を使用した給食が提供されます。大西小の1回目は、練馬大根を使用した「練馬スパゲティー」です。この練馬大根は、前日の練馬大根引っこ抜き大会で収穫された練馬大根を使用します。練馬大根の栽培は、江戸時代からはじまりました。細長く、真ん中が少し太くなっているのが特徴です。練馬大根はほとんど市場に出回らず、大変貴重な伝統野菜ですので、味わって食べてください。2回目は、ねり丸キャベツを使用した「ツナサラダ」と「ねり丸キャベツのポトフ」です。練馬区は23区で一番農地面積が広い区で、たくさんキャベツが作られています。大西小の近くにもキャベツ畑がたくさんあります。練馬で収穫された練馬大根とねり丸キャベツの給食、どうぞお楽しみに！

11月の使用食材産地

牛乳…北海道、宮城、東京、群馬、青森、山形、山梨、岩手 米…秋田、新潟 卵…栃木 豚肉…青森
鶏肉…青森、岩手 鮭…北海道 ホッケ…アラスカ いか…ペルー 米粉…埼玉 片栗粉…北海道
じゃがいも、玉葱、人参…北海道 しめじ、えのき、セロリ、白菜…長野 小松菜…埼玉
にんにく、葱、ごぼう…青森 ニラ、ピーマン…茨城 キャベツ、ほうれん草…練馬 もやし…栃木
大根…千葉、神奈川 舞茸…新潟 柿…新潟 みかん…佐賀 ラフランス、りんご…山形