3月給食だより

寒さの中にも、少しずつ春のあたたかさを感じる季節になりました。早いもので今年度も最後の月となりました。この１年間、給食を通してたくさんの「食」の経験をしてきました。苦手だった食材や料理に挑戦したり、正しいおはしの持ち方を意識できたり、一人ひとりの成長が見られ、とてもうれしく思います。最後まで、心身の栄養となり、思い出に残る給食を届けたいと思います。

1年間の振り返りをしよう！

いよいよ３月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか？　この１年間を振り返り、できたことをチェックしてみましょう。

チェック

給食の前に手をきれいに洗えましたか？

食事のあいさつは心を込めて言えましたか？

おはしを正しく使うことができましたか？

よくかんで味わって食べられましたか？

バランスの良い食事のとり方がわかりましたか？

自分に必要な量を考えて食べることができましたか？

地域でとれる食べ物を知ることができましたか？

行事食や郷土料理について知ることができましたか？

楽しい給食時間を過ごせましたか？

「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク

♪3月の給食紹介♪

給食は決まった予算で運営しています（1食あたり 低学年309円、中学年323円、高学年342円）。異常気象や物価高などにより、食材の旬や価格の見通しがつきにくく、今年度はとくに苦労しています。11月より練馬区がお米の現物支給を開始し、お米の価格高騰に関わらず給食の質を下げずに提供できています。

・3日（火）・・・桃の節句献立

桃の節句（ひな祭り）にちなんで、ちらし寿司と、桃を使用した**「もものヨーグルトあえ」**を作ります。

・6日（金）給食室ていあんメニュー

大北小の調理員さんは10名いらっしゃいます。毎日みなさんのことを考えて、給食を作ってくださっています。「こんな料理を出してみたら、大北小のみんなが喜ぶかな？食べて栄養もとれるかな？」というおしゃべりも。今回は給食室でみなさんに作りたい、食べてみてほしい料理として挙がった、**「ヤンニョムチキン」**をはじめて作ります！

・12日（木）、17日（火）・・・練馬みその日

練馬区中村橋にある都内唯一の味噌蔵で作ったみそを使用して、みそ汁を作ります。今年度のみそ汁週間後に行った「すきなみそ汁アンケート」の人気ナンバーワンもこの、練馬みそでした。大北小の給食では毎月1～2回、練馬で作られたみそを使用してみそ汁を作っています。手作りのみそならではの色合いや風味を、味わいましょう。

・23日（月） 卒業・進級お祝い献立

6年生の卒業、みなさんの進級をお祝いして「お赤飯」を炊きます。お赤飯はおめでたいときに食べる料理です。また、6年生のリクエストである「サイダーポンチ」を組み合わせました。

♪給食食材の主な産地（2月）♪

食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
たまねぎ	北海道	大根	練馬、神奈川	鮭	北海道	りんご	青森
にんじん	練馬、愛知、千葉	小松菜	茨城	鰯	千葉	米	北海道、佐賀、新潟、岩手
じゃがいも	北海道、鹿児島	白菜	茨城	卵	栃木	牛乳	東京、群馬、宮城
キャベツ	愛知	えのき	長野	豚肉	東京、青森		山梨、岩手、青森
きゅうり	高知	ねぎ	千葉	鶏肉	青森		北海道、山形、秋田

卒業・進級に向けて、みなさんへ

1年間の給食は**約195回**です。6年生は約1100回食べたことになります。
大泉北小学校の給食は、**①安全で、②栄養バランスのとれた、③季節を感じることができる、④楽しい、⑤学びや発見のある、給食**をモットーに日々取り組んできました。いかがでしたか？
「食べる」ということはたくさんの「いのち」をいただき、食に関わるたくさんの人に「感謝」することです。これからも、感謝の気持ちを忘れずに、そして自分自身を大切にして、毎日を過ごせるみなさんであってほしいと思います。