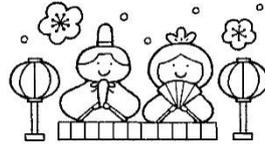


# 3がつ月

# 給食だより



今年度も残すところ、わずかとなりました。給食では、苦手な食べ物が食べられるようになったり、配膳が上手になったりと、それぞれができることが増えた1年だったのではないのでしょうか。

食べたものがみなさんの体と心をつくります。これからも、食事を楽しみ、健やかに成長していけることを願っています。

## 1年間の給食をふり返ろう

みなさんは学校給食を通して、給食の準備から片づけまでや手洗い、食器の並べ方、食事マナーのほか、食品に含まれる栄養素や献立の栄養バランス、食文化などのさまざまなことを学んできました。下の表を確認しながら、できたことをチェックして、1年をふり返ってみましょう。

空気の入れかえなどをして、食事環境をととのえられた



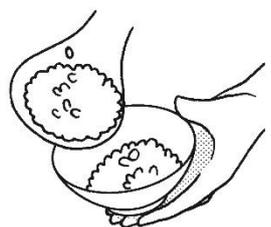
身支度や手洗いなどの食事前の準備が清潔にできた



重いものや熱いものに気をつけて、安全に運ぶことができた



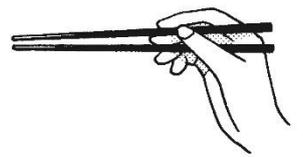
献立にふさわしい衛生的な盛りつけや、食器の並べ方ができた



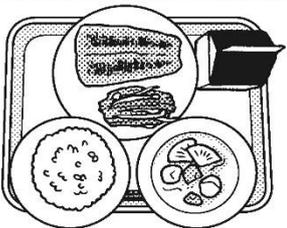
いただきます、ごちそうさまの食事のあいさつができた



はしの持ち方や食べ方などの食事マナーを身につけられた



栄養バランスのよい献立について、学ぶことができた



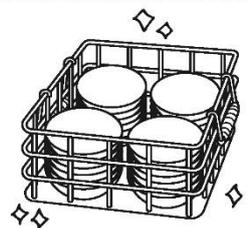
郷土食や行事食などの食文化について、知ることができた



環境や資源に配慮し、分別をして、片づけができた



みんなで協力して手順よく片づけをすることができた



## 3月の給食紹介



### ・3日(月)・・・桃の節句献立

「早寝早起朝ごはん」

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。

### ・5日(水)・・・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なった「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。

### ・7日(金) 苦手克服チャンス～ししゃも～

ししゃもが苦手な児童から、「苦手でも食べられるようになりたい!フライにすると食べやすいんです。」という声をもらいました。好きか苦手か、食べて知ることも大きな学びです。また、食べられるようになると食の幅も広がります。少しでもおいしいと思える食材や料理を増やすチャンスを提供したい、という思いで「ししゃものフライ」を調理します。

### ・11日(火)、18日(火)、19日(水) 価格と食べごろで決まる!～おたのしみくだもの～

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288円、中学年302円、高学年321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、今年度はとくに苦勞しています。12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。

この時期は国産のおいしい果物がいろいろと出回る時期です。3月の果物は業者さんと相談し、食べごろの果物を提供します。

### ・21日(金) 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「フルーツポンチ」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
にんじん	千葉、清瀬市	大根	神奈川	ほたて	北海道	みかん	静岡
たまねぎ	北海道	小松菜	埼玉、葛飾区	あじ	長崎	米	青森、宮城
じゃがいも	鹿児島	もやし	栃木	卵	栃木	牛乳	東京、群馬、宮城
キャベツ	愛知	えのき	長野	豚肉	茨城		山梨、岩手、青森、秋田
きゅうり	群馬	ねぎ	千葉	鶏肉	岩手		北海道、山形、福島

## 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、毎日を過ごしてください。応援しています★