



令和8年1月

練馬区立中村中学校発行

## あけましておめでとうございます

冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。

風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気をつけて、1日

1日を大切に過ごしてほしいと思います。



今年はうま年!



うまいように野菜をたっぷり食べよう!



箸をうまく使いこなしてきれいに食べよう!



よく味わってうまいを感じよう!

～今月のこんだて～

9日（金）月初めのカレーの日

2026年最初の給食は中恒例の月初めのカレーです。

今月はチキンカレーの登場です。



13日（火）鏡開き

1月11日の鏡開きにちなんで白玉入りのお雑煮風のスープを作ります。

26日（月）～30日（金）全国学校給食週間

戦後の学校給食再開を記念して制定された「全国学校給食週間」です。

皆さんに給食の魅力をたっぷり味わってもらうため中中でも特徴ある献立を取り入れました！

給食室の皆で手作りする「給食」、その「ひと手間」かけた美味しさを味わってください。

## 12月に使用した給食食材の主な産地

米…萌みのり(宮城)・ひとめぼれ(岩手)

野菜…練馬区・東京・青森・茨城・北海道・千葉・埼玉・栃木・

高知・長野・愛知・群馬 など

くだもの…みかん(愛媛)・サンふじりんご(山形)・

はれひめオレンジ(愛媛)・

魚類…ししゃも(ノルウェー)・さば(千葉)・さわら(メキシコ)

肉類…宮崎・群馬・茨城・岩手 など

11月牛乳産地…東京・群馬・山梨・岩手・青森・秋田・宮城・

福島・山形・北海道



### 【給食着の運用について】

給食当番では、共用の給食着（エプロン）を使用することを基本としていますが、柔軟剤の香りや衛生面での不安、その他のご事情がある場合には、各ご家庭で用意した給食着（エプロン等）を使用することも可能です。希望する場合は、担任の先生へご連絡ください。

また、給食着をご家庭で洗濯される際には、香りの強い柔軟剤等の使用を控えていただくようご配慮をお願いします。香りによって体調に影響を受ける生徒もいますので、皆様のご理解とご協力ををお願いします。