



給食だより

令和8年4月

練馬区立中村中学校発行

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやさらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出ることがあります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。



～中村中の給食について～

- ・中村中での給食は9日（木）から始まります。
本校の給食は調理業務のみ民間委託をしています。
受託会社は今年度も引き続き「フジ産業株式会社」です。
社員3名・パート7名が1日8名体制で調理を行い給食を提供します。
どうぞよろしくお願ひ致します。
- ・給食時間に使用する給食当番のエプロン・三角巾は順番にご家庭での洗濯をお願いしています。
ご協力のほどよろしくお願ひ致します。

～小学校と中学校の給食の違い～

- ・給食開始時間
給食の開始時間が小学校より遅くなります。
4時間目にお腹が空かないように朝食をしっかり食べてきましょう！
- ・給食の喫食量
給食の食事量が多くなります。
初めは多いかもしれませんが、徐々に食べきれるようになります。
- ・味付け
味付けが大人の味へと変化していきます。
いろいろな香辛料を使い、カレーなどはスパイシーさが増します！

～今月のこんだて～

9日（木）月初めのカレーの日

中村中では月初めの献立にはカレーが登場します♪



10日（金）お祝い献立

入学・進級のお祝い献立です。皆さんおめでとうございます！

13日（月）タンポポしゅうまい

春に咲くかわいいタンポポをイメージしたコーンたっぷりのしゅうまいを作ります。

調理員さんの手作りです、お楽しみに！



～3月に使用した給食食材の主な産地～

- 米…萌えみのり（宮城）・ひとめぼれ（岩手）
- 野菜…練馬区・東京・青森・高知・北海道・鹿児島・茨城・栃木・徳島・
神奈川・愛知・群馬・千葉・埼玉・高知・長野 など
- くだもの…清見タンゴール（和歌山）
- 肉…宮崎・群馬・茨城・茨城・岩手・千葉 など
- 魚…銀鮭（宮城）・ししゃも（カナダ）
- 2月牛乳産地…東京・群馬・山梨・岩手・青森・宮城・山形・福島・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お願いします。