

3月給食たより

練馬区立開進第三中学校

校長 堀 健一
栄養士 草場孝子



桃の節句も近づき、寒さの中にも少しずつ春の日差しが感じられるようになってきました。今年度の給食も、コロナ禍ということで「前向き」「黙食」での給食時間でしたが、ルールを守り、給食をよく食べていました。この一年間で心も体も大きく成長したと思います。保護者の皆様にも給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。引き続き、安心・安全な給食を提供できるよう努めてまいりますので、宜しくお願いいたします。

給食&食生活を振り返ろう

この1年のまとめとして、給食時間や日ごろの食生活を振り返ってみましょう。

□の中に「よくできた…○、時々できた…△、全然できなかった…×」を書き入れましょう。

<p>給食時間を振り返って</p>	<p>給食当番の仕事を きちんとできた</p>	<p>前を向いて静かに 食べた</p>
<p>自分に必要な量を 考えて食べることが できた</p> <p>少なめ ふつう 大盛り</p>	<p>感謝の気持ちをもっ て、なるべく残さず 食べることができた</p> <p>感謝</p>	<p>時間内に食べ終わる ことができた</p> <p>ごちそうさまでした</p>



できなかった項目は、これから意識して取り組んでみましょう。

今月の献立より

3日(木) *桃の節句献立 (五目ずし・さわらの西京焼き・すまし汁・いちご)

ひな祭りは、「桃の節句」ともよばれます。女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代にはじまり、一般家庭には明治時代以降にひろまりました。もともとは、厄を払うための紙の人形であったと言われています。給食でも、みんなの成長を願い、ひな祭りの献立を作ります。



16日(水) *卒業祝い献立 (赤飯・鶏のからあげ・おひたし・すまし汁)

3年生の卒業をお祝いした献立です。赤飯はお祝い事に欠かせないメニューです。昔は、節句という季節の節目に食べた行事食でしたが、今では身近な祝い事のときに食べられます。もち米に小豆やささがを混ぜていたもので、豆の赤い色には病気や災いを払う力があると言われていました。



【2月の主な食材の産地】

じゃがいも：長崎
しょうが：高知
キャベツ：愛知
小松菜：埼玉 東京
人参：千葉
ピーマン：鹿児島
玉葱：北海道
長葱：千葉
いよかん：愛媛
ブロッコリー：群馬
りんご：青森
鶏肉：宮崎
大根：千葉
豚肉：茨城
卵：群馬
米：秋田県萌えみのり
青森県まっぐら

～給食費の返金についてのお知らせ～

今年度の、給食予定回数からの変更分を返金いたします。返金は教材費返金額と合算して行います。4月まで口座を解約しないようお願いいたします。