






2月 給食だより

令和8年2月
練馬区立
石神井西中学校

<リクエスト給食アンケート結果>

12月に給食委員会でリクエスト給食アンケートを全校生徒に実施しました。主食部門、おかず部門、デザート部門の、それぞれのメニュー候補から、各部門ごとに1人1票ずつ投票しました。ランキングは、以下の結果になりました。各部門★1位と2位のメニューは、2月と3月の給食に登場します。楽しみにしてくださいね。

主食部門 	おかず部門 	デザート部門 
★第1位 ジャーチャー麺 177票	★第1位 ジャンボ餃子 269票	★第1位 抹茶ケーキ 177票
★第2位 きなこ揚げパン 172票	★第2位 鶏肉の唐揚げ 221票	★第2位 さつまいもチップ 150票
第3位 みそラーメン 120票	第3位 いかのかりんと揚げ 47票	第3位 サータアンダギー 135票
第4位 醤油ラーメン 105票	第4位 ハンバーグトマトソースかけ 38票	第4位 ココアゼリー 98票
第5位 ガーリックフランス 46票	第4位 鶏肉のバーベキューソースかけ 38票	第5票 ブルーベリーマフィン 53票

<今月の給食から>

2日：初午 「こぎつねご飯」

初午とは2月の最初の午の日のことで、全国の稻荷神社で豊作祈願のお祭りが行われます。この時、神の使いとされるキツネの好物“油揚げ”をお供えます。これにちなんで、甘辛く味付けした油揚げをご飯に混ぜ込んだ「こぎつねご飯」を出します。



3日：節分 「いわしのかば焼き丼」「きなこ豆」

節分はその字の通り「季節を分ける」日で、暦の上での春を迎える立春の前日を指します。節分は新しい春を迎える前に寒さや病気、災難など悪い事を追い払おうという行事で、豆まきをしたり、玄関に魔除けのひいらぎいわしを飾る風習があります。これにちなんで、「いわしのかば焼き丼」、「きなこ豆」を出します。



4日：練馬区産 ねぎ 一斉給食 「焼き豆腐の中華煮」

練馬区から練馬区産の野菜が無償提供される一斉給食も今年度8回目となりました。先月と同様、今月も新鮮なねぎが届く予定です。「焼き豆腐の中華煮」に入れて提供します。



<1月分 主な使用食材の産地>

食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
ねぎ	千葉・東京(練馬)	えのき	長野	セロリ	長野・静岡	デコポン	佐賀	ししゃも	アイランド
にんじん	千葉・埼玉・東京	もやし	栃木	ブロッコリー	愛知	りんご	青森	赤魚	ロシア
生姜	高知	にんにく	青森	にら	茨城	ポンカン	愛媛	豚肉	千葉
大根	神奈川	ピーマン	茨城	きゅうり	宮崎	シルバー	ニュージーランド	鶏肉	青森
里芋	埼玉	じゃがいも	北海道	白菜	茨城	たら	北海道	精白米	北海道・岩手・秋田
小松菜	埼玉	たまねぎ	北海道	水菜	茨城	えび	インドネシア		
キャベツ	愛知・神奈川	チンゲン菜	茨城	エリンギ	長野	鮭	北海道		

<2月1人あたりの平均栄養摂取量>

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
Kcal	g	g	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g
768	32.7	25.2	385	3.8	275	0.52	0.60	34	6.9	3.0