



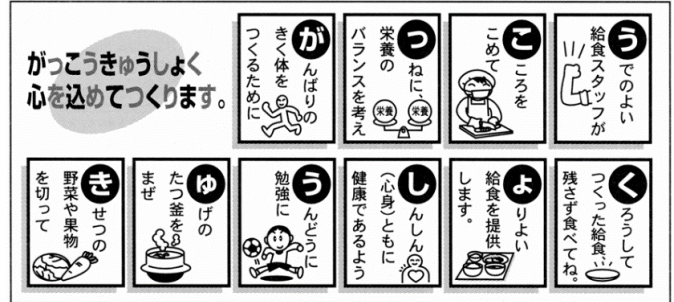
4月給食だより



令和8年4月
練馬区立
石神井西中学校

<石神井西中学校の給食室について>

昨年度に引き続き、調理業務はフジ産業株式会社の皆さんが、給食管理は栄養士の中村が担当いたします。様々な食品を使用し、栄養バランスのとれた食事を提供するのはもちろんのこと、季節感や地場産物の使用、手作りを意識して、生徒の皆さんの学校生活がより豊かになるよう、安全で美味しい給食を提供できるよう努めてまいります。一年間ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



<給食着の洗濯のお願い>

給食当番の生徒は、週末に使用したエプロン・三角巾・巾着袋を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をし、週明けに持たせてくださいますようお願いいたします。
※エプロンの紛失が増えています。忘れ物にもご注意ください。



<今月の給食から>

4月10日:入学・進級お祝い給食~ちらし寿司・鶏肉の照り焼き・お祝いすまし汁~
1年生の入学と2・3年生の進級を祝うハレの日献立です。具だくさんの華やかなちらし寿司を給食室で作ります。



4月21日:新たけのこ~たけのこご飯・ししゃものごま焼き・肉じゃが

春を代表する旬の味覚といえばたけのこです。この日の給食は、新たけのこを使ったたけのこご飯を出します。春の味覚を味わいましょう。

<3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
玉ねぎ	北海道	小松菜	埼玉県	キャベツ	愛知県	えのき	長野県	ちりめんじゃこ	兵庫県
にんじん	千葉県	にんにく	青森県	ピーマン	茨城県	デコポン	熊本県	ししゃも	アイスランド
きゅうり	宮崎県	生姜	高知県	さといも	新潟県	鶏卵	栃木県	鮭	アラスカ
ごぼう	青森県	もやし	栃木県	万能ねぎ	宮城県	鶏肉	岩手県	精白米	岩手・新潟
さやいんげん	鹿児島県	白菜	茨城県	じゃがいも	鹿児島県	豚肉	千葉県		
大根	千葉県	にら	千葉県	ブロッコリー	愛知県	えび	インドネシア		
しめじ	長野県	さつまいも	茨城県	ねぎ	東京都(練馬)	銀さわら	ニュージーランド		

<4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	%	%	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g
758	16.3	29.5	372	3.1	271	0.44	0.57	31	7.6	2.9