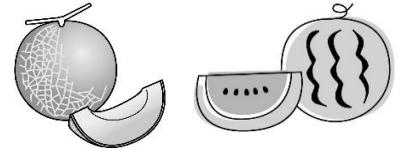


月刊 ランチGAO通信 7月号

さあ、あと少しで待ちに待った夏休みがやってきます！

夏休みは給食がありません。毎日しっかり食べて健康に注意して、元気に過ごしてください。特に、生活リズムを崩さないようにして、朝ごはんを決まった時間に食べると、毎日のリズムが整いやすくなります。また、朝食は、脳や体をめざまさせ、1日の活動エネルギーを補給する上でもとても大切です。朝寝坊や、二度寝をしないように注意しましょう。2学期に元気な笑顔でみなさんが登校するのを楽しみにしています。



7月のセレクト給食のセレクト状況結果発表～!!

7月6日(月)にセレクト給食を実施します。セレクトはメロンとすいかから選んでもらいます。メロンを選んだ人は216人、すいかを選んだ人は127人で、メロンの方が圧倒的人気でした！

これからも、自ら食を選択する力や、食への興味関心、食の楽しさをセレクト給食などを通して学んでいけるよう、楽しい企画を考えていきたいと思えます。

たなばた



7月7日は「たなばた」です。「たなばた」はひこぼしとおひめの2人が、年に一度だけ7月7日の夜、天の川を渡って会うことを許されたという、中国の伝説が始まりといわれています。

この日は願い事を書いた短冊などを笹竹に飾ったり、「たなばた」の行事食であるそうめんを食べたりします。

給食ではそうめんではなく新メニューの沖縄そばにしました。星のかまぼこを入れました。三枚肉や薬味などをのせて食べます。デザートにはキラキラ輝く星ぼしのイメージから、光があたりとキラキラして見えるゼリーをパインで七夕バージョンにしてみました。おたのしみに！！



【栄養教諭のひとりごと】

4月に南が丘中学校に着任してから、早いもので、4か月が経とうとしています。

今までにはなかったメニューがたくさん登場しましたがみなさんはワクワクしてもらえたでしょうか。「この料理は何?」「初めて食べた」、「どこの料理?」など、名前について尋ねられることが多々あります。料理はほとんど全てオリジナルレシピで、日々頭の中でcookingして自宅で試作することもしばしば... 名前も栄養教諭が名付けているものです。ですからなんだかおもしろいなと感じている人も多いのかもしれませんが、何か食べたいものや、こんな感じの料理が食べたいなどリクエストがあれば、出せるものは給食メニューを考えてリクエストに応えていきます！ぜひリクエストをお願いします。



**練馬区災害協定姉妹都市 福島県塙町より、
南が丘中学校に特別に、お米を無償提供していただきました！
1日(水)と3日(金)に給食に出す予定です！**



福島県塙町は、福島県の南東部に位置しており、花(ダリア)の町として知られ、自然が豊かな所です。ゆたかな山林から流れ出るきれいな水に恵まれ、昔からおいしいお米が育つ米どころです。このたび、練馬区との災害協定姉妹都市であることから、南が丘中学校に特別にお米を無償で提供していただきました。塙町産の令和7年産のおいしい「こしひかり」です！

東日本大震災から15年が経過しましたが、今なお困難な状況に置かれている方もいらっしゃいます。また農産物の風評被害もあるのが現実です。今回、お米の無償提供を受けるにあたり、残留農薬や放射能の検査を受け、安全が確認されたものをご提供いただいております。

お子様にパンフレットやクリアファイルもいただきましたので併せて配布させていただきます。