

3月給食だより

板橋区立西台中学校
令和8年2月27日(金)

日ごとに膨らみ始める草木の芽に「春」の足音を感じます。

9年生の皆さんはもうすぐ卒業ですね。小学校から9年間食べ続けてきた給食ともこの3月でお別れです。4時間目が終われば当たり前のように用意されていた昼食もこれからは自分で考えて用意しなくてはなりません。また、箸の持ち方・食器の配膳方法は大丈夫ですか？これからは指摘してくれる人もますます減ってしまいます。卒業前にきちんと身に付けておきたいですね。

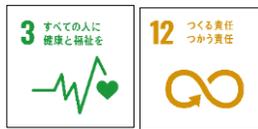


3月の目標

自分の食生活を見直そう！

3月は、1年間の総まとめです。日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか？

- 給食前に手をきれいに洗うことができた
- 食事のあいさつは、心を込めて言うことができた
- お箸を正しく使うことができた
- よく噛んで味わって食べることができた
- バランスの良い食事のとり方が分かった
- 自分に必要な量を考えて食べる事ができた
- 地域でとれる食べ物を知ることができた
- 行事食や郷土料理について知ることができた
- 楽しい給食時間を過ごすことができた



1年間を振り返って
いくつ当てはまるか
チェックしてみるっちい♪



区内一斉の残菜調査を行います

3月9日(月)～13日(金)で区内一斉の残菜調査を行います。

2学期の残菜調査の結果は、残菜率3.5%でした。

今回も、食品ロス削減の取り組みとして、給食委員会を中心に取り組んでいきます。

学年	3/9(月)	3/10(火)	3/11(水)	3/12(木)	3/13(金)
1年					
2年					
3年					
4年					
5年					
6年					

家庭科の授業で考えた献立が給食に登場！

8年生が家庭科の授業で考えた献立が2月の給食に登場しました。



旬とりのり&抹茶の日献立



8年生 行事献立

- *麦ごはん
- *さばの味噌風
- *キャベツののりあえ
- *野菜スープ
- *抹茶ムース
- *牛乳

のりは、702年2月6日に施行された「大宝律令」の租税(年貢)として納めてまいりました。また、抹茶は茶道の茶席で湯を沸かすために使われる道具が「風炉」＝「ふ(2)ろ(6)」といひます。2月が旬である冬キャベツと鯖を使い、2/6はのり・抹茶の日があるので、この4つの食材を使用しました。

今月のとれたて村情報！

鹿児島県さつま町産のごぼうが届きます！

3月10日(火)の「鶏ごぼうご飯」で

鹿児島県さつま町産のごぼうを使用します。



生産者の顔が見える給食を推進するため、とれたて村を通してさつま町産のごぼうを全小中学校に届けるっちい！



備蓄食品を確認しよう！



東日本大震災からもうすぐ15年が経ちます。

この機会に、防災備蓄品の確認をしましょう。

食品の備蓄には、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、消費した分を買い足すことで、常に一定量の食品が備蓄される「ローリングストック」という方法がおすすめです。

今月11日の「ホットツナドッグ」も備蓄食品になるレトルトのツナを使った献立です。また、板橋区では、健康福祉センターの栄養士が缶詰や乾物などを使った防災レシピや耐熱のポリ袋を使った防災クッキングを提案しています。



ぜひ、

板橋区 防災レシピ



で検索してみてください！