

食育だより

3月号 宇都宮市立国本西小学校

保護者の方と読んでくださいね

毎月19日は
食育の日!!

今年度も残りわずかとなりました。1年間を振り返ってみましょう。
食事のマナーを覚えることができましたか?できなかったことは、来年度に向けて練習をしましょう!

3月のもくひょう

給食の反省をしよう



1年間を振り返って、自分の給食の時間はどうでしたか?
好き嫌いなく全部食べることができましたか?苦手なものを食べずに残してしまっ
た人は、一口だけでも食べるようにしましょう。
今年の給食を振り返り、正しい食事マナーを覚えて、来年度も楽しい給食の時
間にしましょう。

給食の時間をふりかえろう

協力して給食の準備
することができた

1人分の量をきれいに
盛りつけた

楽しく会食することが
できた

バランスのよい食事の
とり方がわかった

感謝の気持ちを持って
食べることができた

給食の時間を振り返ってみて、
これらのことができましたか?でき
なかつた人は、4月からの給食で
意識していきましょう。

学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、栄養バランスを考えて作っています。
また、その時の旬の食材や、栃木県でとれる食材を多く取り入れてきました。給食で学ん
だことを、これからの食生活にも活かしてください。

<5年生新里ねぎ献立>

総合の授業で地元食材「新里ねぎ」について学習し、美味しさなどを全校生に
も伝えるため、5年生が新里ねぎを使用した料理を考え、プレゼンテーションを
行い、2月19日(木)と20日(金)の給食で出しました。



19日(木)
焼き鳥風甘辛炒め
鶏肉と新里ねぎを
焼き鳥風のたれで
炒めました。



20日(金)
新里ねぎスープ
新里ねぎをオーブ
ンで焼き目がつく
まで焼いてから、ス
ープに入れました。

<6年生リクエスト給食>

もうすぐ卒業する6年生に、給食リクエストのアンケートをとりました。
主食・主菜・副菜・汁物・デザートで、それぞれリクエストの多かったメニュ
ーを3月の給食で出します。

- <主食>
- わかめご飯
 - かき揚げ丼
 - 揚げパン・ハヤシライス

- <主菜>
- 鶏肉のから揚げ・豚肉のしょうが焼き
 - オムレツ
 - 豚肉のワイン焼き

- <副菜>
- 磯辺あえ
 - ナムル
 - ごまあえ・春雨サラダ

- <汁物>
- 道産子汁
 - 春雨中華スープ
 - 豚汁・ミネストローネスープ

- <デザート>
- フルーツポンチ
 - プリン
 - ヨーグルト

6年生の皆さん、アンケートのご協力ありがとうございました。楽しみにしててくださいね。



<放射性物質検査について>

2月12日(木)に使用したねぎで放射性物質検査を行いました。
結果は、放射性セシウム・放射性ヨウ素ともに下限値未満でした。