

3月 きゅうしょくだより

志木市立志木第二小学校

少しずつ春の暖かい日差しを感じられるようになってきましたが、まだまだ昼夜の寒暖差が大きく、不安定な気候に体を慣らすのが一苦労ですね。

今年度も残り1ヶ月となりました。子供たちにおいても学年のまとめの時期です。1年間の学習が次の学年へのステップとなるよう、おいしい給食にたっぷり愛情を込めてエールを送ります♪

3月の献立には、ひなまつり献立や6年生リクエスト給食を取り入れました。楽しみにしてください。

保護者の皆様には、今年度も本校の給食や食育の取り組みに深いご理解とご協力をいただきましてありがとうございます。最後の日まで調理員一同、安心安全な給食作りに努めてまいります。



3月3日はひなまつり



3月3日はひなまつりです。「桃の節句」とも言われ、女の子の健やかな成長や幸せを祈ってお祝いをする日です。ひなまつりで飾るひな人形は、子どもたちの代わりに病気や事故から守ってくれるという意味が込められています。ひなあられは、緑・白・ピンクの色があり、【緑】木々の芽吹き、【白】雪の大地、【ピンク】生命をそれぞれ意味しています。3色のひなあられを食べることで、自然のエネルギーを得て元気に育つと言われていいます。

また、縁起の良いものを食べてお祝いすることもあるので、二小の給食では少し早い3月1日にひなまつり献立を予定しています。

1年間を振り返ってみよう！

あと少して1年間の給食が終わりますが、正しい食事の仕方や当番の仕事などきちんとできたでしょうか？

さて、今年1年間の振り返りを右の表を使ってチェックしてみましょう。

できたところは引き続き来年度もできるように、できなかったところは来年度はできるようにがんばりましょう。



食事の前には、石けんで手洗いをしましたか？

「はい」だったものはこれからも続けていきましょう。「いいえ」だったことは来年度できるようにがんばりましょう。

食事のあいさつができましたか？

いただきます ごちそうさまです

給食当番の時、きちんと配ぜんができましたか？

「はい」「いいえ」

はしを正しく使えましたか？

周りの人と楽しく食事ができましたか？

よくかんで食べましたか？

もぐもぐ

好ききらいをせず食べましたか？

一口だけでも食べた？

レシピ紹介

●人気献立の一つ「みそポテト」

- 【3人分 分量】
- じゃがいも 240g
 - 小麦粉 13.5g (大さじ3/2)
 - 水 21ml (約大さじ3/2)
 - 揚げ油 適量
 - 白みそ 18g (大さじ1)
 - みりん 18g (大さじ1)
 - 砂糖 (三温糖) 18g (大さじ2)
 - 水 9ml (小さじ2弱)



【作り方】

- ①じゃがいもを厚めのいちよう切りにし、少し硬めに蒸す。
- ②蒸したじゃがいもに水で溶いた小麦粉をつけて揚げ、からりと揚がったら油を切る。
- ③タレの調味料を加熱し、とろみがつくまで水分をとばす。
- ④揚げたじゃがいもにタレをかけて完成！

●由来は小判型の形「銭フライ」から「ゼリーフライ」

- 【3人分 分量】
- じゃがいも 100g
 - おから 100g
 - にんじん 25g
 - 油 4g (小さじ1)
 - 長ねぎ 25g
 - 薄力粉 20g (大さじ2)
 - 白こしょう 少々
 - 塩 少々
 - 揚げ油 適量
 - ウスターソース 適量



【作り方】

- ①じゃがいもは蒸して潰します。にんじんと長ねぎはみじん切りにします。
- ②じゃがいも～塩まで混ぜて、小判型に成形して揚げます。
- ③揚げたらソースをかけて完成！

6年生リクエスト給食



6年生が志木二小で生活する日が少なくなってきました。給食をよく食べてくれる6年生に、最後に二小で食べたい給食をクラスごとに出してもらいました。どのクラスもバランスや食器のことまで真剣に考えてくれたので良い献立がたくさんありました。

1組：わかめごはん、からあげ、おひたし、ワントンスープ

(どの学年からも大人気のからあげが入った献立です。1組さんは調理員さんの作業工程まで考えてくれて、副菜をあえて入れなかったそうですが、二小の調理員さんは大丈夫です！なので、バランスを見て副菜を追加させていただきました。調理員さんの大変さまで考えてくれてありがとうございます。)

2組：揚げパン(ココアとキャラメル)、シチュー、いちご

(リクエストで出たものが全部に揚げる工程が含まれていたため、同じ日に出すことが難しく…。ただ、変更する時は人気のシチューにしてほしいという要望があったので、揚げパンを残してシチューに変更させていただきました。同日提供ができなかったものは、別の日にこっそり入れていきますのでそれも楽しみに！)

3組：パン、ハンバーグ、ポイルキャベツ、ABCスープ

(セルフハンバーガーみたいな給食をイメージしてたのかな？(違っていたらごめん下さい) これはおもしろいし、楽しそうですね！副菜は、はさみやすく食べやすいものにさせていただきました。3組さんは班ごとに献立を考え提案し合ったそうで、どの献立もよく考えられていて素晴らしいです！)

ろう下で会うと「いつもおいしい給食ありがとうございます」「〇〇食べたいです」など声をかけてくれたみなさんありがとうございます。そういう声を聞くと、調理員さんや栄養士はもっと頑張ろうとパワーになります。今のクラスで食べる給食は3月の13回で終了します。最後の日までルールを守って楽しくおいしく食べてください。