



家庭数配布

# ぱくぱく

## 食育だよ



今年度も残すところ、あとわずかとなりました。3月の給食も小中連携献立や6年生が考えた献立など、最後まで盛りだくさんの内容となっております。1年間の食生活の振り返りをしながら、毎日の給食を味わってほしいと思います。

年度末まで、給食室一同、おいしい給食作りに尽力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

**1年間の給食を  
ふりかえろう**

学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、エネルギーや栄養素を考えてつくられています。毎日残さずに食べましたか？ また、給食当番の仕事がきちんとできましたか？ 自分自身のことをふりかえってみましょう。

**安心安全な食を  
選ぶために・・・**

みなさんは食品を購入するときに、食品表示をしっかりと見たことがありますか？ 表示には、原材料や栄養成分のほか、どこでつくられたものかなどが書かれています。また、野菜などの生鮮食品は自分たちの地域でつくられたもの(地場産物)を中心に選ぶと、つくった人も身近なので安心して食べることができます。

### 2026年2月の主な食材の産地は下記のとおりです。

- 米 (秋田県能代市) 牛乳 (千葉県)
- にんじん ねぎ きゅうり みつば さつまいも (千葉県) ごぼう にんにく (青森県)
- しょうが セロリー (高知県 静岡県) じゃがいも たまねぎ (北海道) キャベツ (愛知県 北海道)
- だいこん (神奈川県 千葉県) もやし (栃木県) ピーマン (鹿児島県) こまつな (埼玉県) にら (茨城県)
- エリンギ えのきだけ しめじ (長野県)
- りんご (長野県) 甘平 (愛媛県) みかん (静岡県) はるみ (広島県)
- ニギス (新潟県) いわし (千葉県) 鮭 (チリ) ホキ (ニュージーランド)
- 鶏肉 (岩手県) たまご (青森県) 豚肉 (群馬県)

## 3月の献立から

- 2日 2年生とのコラボレーション献立です。高南小の先生方が好きな献立のラストは「ミートソース」です。お楽しみに！
- 4日 1日遅れですが「ひな祭り献立」です。今年は洋風献立にしました。
- 9日 6年生が考えた献立を味わいます！黒酢の酢豚をメインにした、中華献立が登場します。
- 12日 東京都の食材を味わいます！牛乳は、東京都の農場で搾乳された「東京牛乳」です。東京 X の豚肉でハンバーグを作ります。他にも東京都産の小松菜やのらぼう菜、大江戸みそなど東京都産の食材を沢山使用して作ります。
- 13日 千登世橋中学校・目白小学校・南池袋小学校・高南小学校の4校で、同じ日に千登世橋中学校の人気献立を味わいます。
- 16日 6年生が考えた献立を味わいます！春が旬の食材をたっぷり使った春の食材を味わう献立です。
- 23日 6年生は高南小学校最後の給食、1～5年生は今のクラスで食べる最後の給食です。

## ～6年生が考えた献立～

6年生が家庭科の授業単元『まかせてね 今日の食事』で見た目や栄養バランスなどを考えて、給食献立を立てました。その中でも、選りすぐりの献立を3月の献立に取り入れました！！6年生が一生懸命考えてくれた献立なので、楽しみにしてください♪

◎3/ 9(月)

牛乳 ごはん 厚切豚肉と野菜の黒酢酢豚  
中華風きゅうりの和え物 杏仁豆腐



◎3/16(月)

牛乳 あさりと野菜のうま煮丼 のり塩チキンスティック  
春キャベツとブロッコリーサラダ新玉ねぎドレッシング

今年度の給食は3月23日(月)で終了となります。本校の食育、学校給食の取り組みに深いご理解とご協力をいただきまして誠にありがとうございました。

新年度の給食は4月8日(水)から、スタートとなります。

来年度も、どうぞよろしくお願いいたします。