



令和8年1月30日(金)

豊島区立 目白小学校

✿✿✿バランスよく食べて寒さに負けない体をつくりましょう！✿✿✿

明後日から2月が始まります。2月3日は「立春」です。暦の上では春ですが、気温は1年で1番低い月です。空気も乾燥し、インフルエンザや風邪が流行する季節なので、手洗いやうがい、規則正しい食生活で健康な体を保ちましょう。そのためには様々な食材をしっかり食べ、体をつくることが大切です。3学期も中盤にさしかかり、学習も生活もそろそろ今年度の総仕上げをする時期となります。今月もしっかり給食を食べ、苦手なものにもぜひチャレンジしてみましょう！

みかんのむき方動画を視聴しました！

1月16日にかわの厚いみかんの「スイートスプリング」が給食に登場し、その際にかわの厚いみかんのむき方の動画を視聴しました。むき方のコツを学んだ上で、スイートスプリングを一生懸命むいていました。特に1年生は、普段みかんをむくのが苦手だという子も動画を見て「やってみたい！」とチャレンジをしていました。この日の1年生のスイートスプリングの完食率は、とても高かったです。



給食の時間より

1月30日に、給食をエレベーターで運んでいる最中に急に止まってしまうトラブルがありました。その際に6年生が給食を各クラスに運んでくれました。片づけでは6年生の意思を引き継いだ5年生が活躍してくれました！



～リクエスト給食の結果発表！～

6年生にリクエスト給食のアンケートをとり、卒業前に食べたいメニューを聞きました。2月と3月の給食に出るのでお楽しみに！

	主食	副菜	補食
1位	塩バターラーメン	ジャンボ餃子	フルーツポンチ
2位	キムチチャーハン	いかのかりんとう揚げ	大学芋
3位	ココア揚げパン	からあげ	スパイシーポテトビーンズ 月見揚げ

先月分（1月分） 食材の主な生産地

米…秋田県（あきたこまち）宮城県産（萌えみのり）牛乳集乳エリア…千葉県 豚肉…群馬県、茨城県 とり肉…岩手県 ウィンナー…埼玉県 小松菜…東京都 さといも…埼玉県 じゃがいも…北海道 玉葱…北海道 にんじん…立川市 ごぼう…青森県 にら…栃木県 きゅべつ…練馬区 もやし…栃木県 レンコン…茨城県 にんにく…青森県 かぶ…千葉県 しょうが…高知県 ピーマン…茨城県 京人参…香川県 だいこん…三鷹市 ねぎ…三鷹市 白菜…あさる野市 みつば…茨城県 ゆず…高知県 きゅうり…千葉県 えのきだけ…長野県 まいだけ…新潟県 しめじ…長野県 さやいんげん…沖縄県 ちんげん菜…茨城県 りんご…青森県 みかん…熊本県