



# 4月 食育だより

令和8年度4月  
豊島区立西巣鴨中学校

## ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食づくりにつとめていきたいと思ひます。学校給食へのご理解、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。

### 給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力を準備や後片付けをしましょう。



<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器かごなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>



## 保護者の方へ

### 給食着の洗濯・アイロンがけにご協力をお願いします。

給食当番は一週間の交代制で、給食の配膳や準備、後片付けなどを行います。

給食当番となった週の週末に給食着を持ち帰りますので、ご家庭で洗濯とアイロンがけをして、次の登校時に持たせてください。またマスクを必ず持参し、白衣を着用した上で給食準備を行っていただきますようお願いいたします。

### 3月分給食用食材の主な産地

- ・米(ふさこがね)…千葉、宮城 ・玉ねぎ…北海道 ・人参…北海道
- ・じゃがいも…北海道、長崎 ・キャベツ…千葉 ・大根…高知、東京(練馬)
- ・ブロッコリー…長野 ・きゅうり…群馬、埼玉 ・ごぼう…青森 ・ねぎ…茨城
- ・小松菜…東京(足立)、茨城 ・ほうれん草…群馬 ・里芋…埼玉 ・いちご…栃木
- ・さつまいも…鹿児島、東京(八王子) ・チンゲン菜…茨城、東京(足立)
- ・インゲン…山梨 ・もやし…栃木 ・かぼちゃ…埼玉 ・みかん…和歌山
- ・しょうが…高知 ・にんにく…青森 ・しめじ、えのき茸、エリンギ…長野
- ・なめこ…新潟 ・三つ葉…千葉 ・たまご…群馬 ・グリーンピース…鹿児島
- ・ピーマン…茨城 ・ニラ…茨城 ・白菜…茨城 ・小ねぎ…福岡 ・鮭…チリ
- ・豚肉…群馬、茨城 ・鶏肉…青森、岩手 ・えび…インドネシア ・いか…ペルー
- ・ホキ…ニュージーランド ・真鯛…ニュージーランド ・イチゴ…栃木 ・メロン…茨城
- ・オレンジ(せとか) …