

給食だより

令和6年度 3月

ながれやましりつにしふかいしやうがっこう
流山市立西深井小学校

1年間の食生活をふり返ってみましょう

みなさんは学校給食を通して、給食の準備から片づけまでや手洗い、食器の並べ方、食事マナーのほか、食品に含まれる栄養素や献立の栄養バランス、食文化などのさまざまなことを学んできました。下の表を確認しながら、できたことをチェックして、1年をふり返ってみましょう。

☐ 空気の入れかえなどをして、食事環境をととのえられた



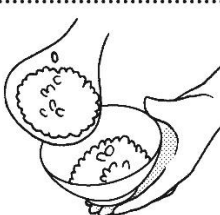
☐ 身支度や手洗いなどの食事前の準備が清潔にできた



☐ 重いものや熱いものに気をつけて、安全に運ぶことができた



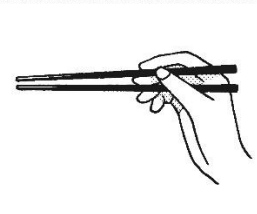
☐ 献立にふさわしい衛生的な盛りつけや、食器の並べ方ができた



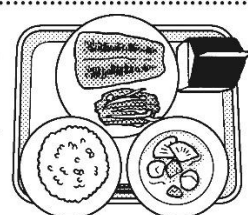
☐ いただきます、ごちそうさまの食事のあいさつができた



☐ はしの持ち方や食べ方などの食事マナーを身につけられた



☐ 栄養バランスのよい献立について、学ぶことができた



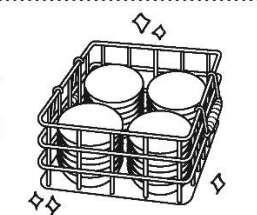
☐ 郷土食や行事食などの食文化について、知ることができた



☐ 環境や資源に配慮し、分別をして、片づけができた



☐ みんなで協力して手順よく片づけをすることができた



©少年写真新聞社2025

給食レシピ紹介 ~にんじんめし~

材料 (4人分)

- ごはん……………2合
- 鶏ひき肉……………80g
- 酒……………小さじ1
- 上白糖……………小さじ1
- しょうゆ……………小さじ1
- 塩……………少々
- にんじん……………1/2本
- こねぎ……………3本程度
- 白ごま……………お好みで

〈作り方〉

- ① にんじんはみじん切り、こねぎは小口切りにする。
- ② 鶏ひき肉に調味料を入れて炒める。
- ③ 肉に火が通ったら、にんじんを入れて炒める。
- ④ にんじんに火が通ったら、こねぎとごまを加える。
- ⑤ 炊いたごはんと混ぜて完成。



©少年写真新聞社2024

1年間ありがとうございました！

今年度の給食は3月13日（木）で終了します。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、ありがとうございました。

新年度も職員一同、力を合わせて子ども達の健康と夢を育む、安全でおいしい給食づくりに邁進してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

