

# 3月 給食だより

★お子さんと一緒にお読みください★

さいたま市立向小学校

令和8年2月26日

今年度も最後のひと月となり、卒業や進級が近づいてきました。この1年間の給食の時間やお家での食生活ふりかえてみましょう。給食を楽しみにしてくれている声や、給食の時間に教室に行くと「苦手なものも食べられた!」「残していたけど、減らさずに食べられるようになったよ!」「今日もおかわりしました!」など成長が見られた子が多く、嬉しく思います。今年度も最後まで、給食を通して、みなさんが元気に過ごせるようにサポートしていきます。

## 1年間の食生活をふりかえり、できたことにチェックしよう!



- 食事の前に手洗いをきちんとできた。
- 楽しい雰囲気の中で食べることができた。
- 食事のマナーを守って食べることができた。
- よくかんで食べることができた。
- 好き嫌いせずに、食べることができた。
- 食器などは、きちんと片付けができた。



## お魚もおいしく食べよう!



旬の魚に変えてアレンジしてみてください!

苦手な子が多いお魚ですが、おいしく食べてもらえるように給食では味付けなどを工夫しています。2月の献立で提供し、好評だったレシピを紹介し、ぜひ参考にお家でも作ってみてください!

### ぶいのみぞれ和え (4人前)

ぶり(角切り) 200g  
しょうが(すりおろす) 一片  
料理酒 大さじ1/2  
片栗粉 適量 揚げ油 適量  
だいこん(すりおろす) 80g  
三温糖 大さじ1/2 食塩 少々  
しょうゆ 小さじ1・1/2  
酢 小さじ1 小ねぎ 少々

#### 【作り方】

- 魚に下味をつけて、30分程度おく。
- 調味料、大根おろしを加熱して、タレをつくる。
- ①に片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ③に②のタレを和える。

### 白身魚のマヨネーズ焼き (4人前)

白身魚(切身) 4切れ  
料理酒 大さじ1/2  
食塩 少々 白こしょう 少々  
たまねぎ(みじん切り) 20g  
赤ピーマン(みじん切り) 6g  
パセリ(みじん切り) 少々  
マヨネーズ 大さじ3・1/2  
しょうゆ 小さじ1/2

#### 【作り方】

- 白身魚にお酒をふり、塩・こしょうをつける。
- たまねぎ~しょうゆまでを合わせる。
- ①に②のをのせて、マヨネーズがこんがりするまで焼く。(オープンまたはトースターで焼く)

# 令和7年度の給食を振り返ろう！

<p>4月 給食スタート</p> 	<p>10日から給食が始まりました。1年生は、1週間遅れて始めました。向小では、1年生の初めての給食は「いちごのフルーツサンド」を提供しています。2～6年生のまた食べたいの声が多かったので、「セルフフルーツサンド」にしました。</p>	<p>5月 郷土料理献立</p> 	<p>毎月、郷土料理献立を提供しています。5月は広島県の料理で、広島県の混ぜご飯や広島県の給食に出るといってお好み焼きの具材を丸めて揚げた「お好み揚げ」、大平という郷土料理を提供しました。給食で初めて出会う料理を味わいました。</p>
<p>6月 地場産物ウィーク</p> 	<p>6月と11月に地場産物ウィークを設け、埼玉県でとれる食材を多く取り入れた献立を提供しています。さいたまヨーロッパ野菜の「ズッキーニ」を使ったスパゲッティやさいたま市産の「ブルーベリー」をジャムにして提供しました。</p>	<p>7月 体験活動</p> 	<p>向小では体験活動として、1年生「とうもろこしの皮むき」、2年生「枝豆のさやとり」、3年生「くわいの芽とり」を実施しています。朝の時間に行い、当日の給食で提供しています。この日は、枝豆を塩ゆでして提供しました。</p>
<p>8.9月 ミャンマー給食</p> 	<p>ミャンマーの日本人学校に勤務している石崎先生と連携し、ミャンマー給食を今年度2回提供しました。当日は、zoomでつなぎミャンマー日本人学校の児童と交流も行いました。日本とは異なる文化について食を通して知るきっかけになりました。</p>	<p>10月 行事食・イベント食</p> 	<p>古くから伝わる行事に合わせた献立をはじめ、10月のハロウィンの日には、見た目でも楽しむようにパンプキン型を使用して、ココアをふりかけ、「ハロウィントースト」をつくりました。子どもたちはとても喜んで食べていました！</p>
<p>11月 彩の国学校給食月間</p> 	<p>11月は、彩の国学校給食月間です。埼玉県の郷土料理である「みそポテト」や「ゼリーフライ」等を取り入れた献立にしています。また、若谷農園さんの「小松菜」を使った新献立として「小松菜ザクカレー」や「米粉の小松菜ケーキ」を提供しました。</p>	<p>12月 手作りメニュー</p> 	<p>向小の給食では、調理工程が多く、作るのが難しい料理に挑戦した手作りメニューを提供しています。クリスマス献立では、チョコケーキを手作りしました。子どもたちも楽しみにしてくれているので、作り甲斐があります。</p>
<p>1月 シェフ給食</p> 	<p>向小給食週間では、6年生の考えた献立とシェフ給食を提供しました。ロイヤルパインズホテル浦和の杉山シェフにご協力いただき、プロのシェフの味を全校で味わうことができました。給食の時間には、シェフが各教室を見回り、交流を行いました。</p>	<p>2月 リクエスト給食</p> 	<p>向小給食週間の企画として、「あなたの投票で決まる！リクエスト給食」と題し、各部門1位に選ばれた給食を提供しました。【主食：揚げパン、主菜：鶏肉のから揚げ、副菜：春雨サラダ、汁物：ABCスープ、デザート：クレープ】</p>

○令和8年度の給食は、4月10日(金)から開始予定です。