

# 給食だより 3月

中野区立向台小学校  
2016.2.25

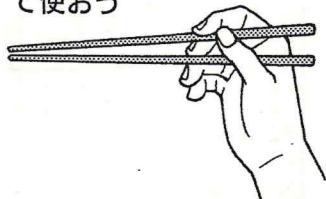
3月は1年間のまとめの時期です。みなさんは、給食を通して生きることに欠かせない「食」について、多くのことを学んできました。この1年間で学んできたことは、進学・進級先でも生かすことができます。これからも「食」を大切にしてくださいね。



## 食事マナーを守りましょう

楽しい雰囲気の中で食事ができるように一人ひとりが食事マナーを身につけましょう。

食器やはしを正しく持つて使おう



正しく持って使うと食べやすくなるほか、食べる姿が美しくなります。

好ききらいをせずに食べよう



苦手なものは一口だけでも食べるようにしましょう。

口に食べ物を入れたまま話すのはやめよう



口に食べた食べ物が飛び散ると周りの人に不快感を与えてしまいます。

食事中は立ち歩かないようにしましょう



食事の途中に立ち歩いたり、ふざけたりせずに座って落ち着いて食べましょう。

食事中にふさわしい会話をしよう



汚い話や気持ちの悪くなる話は避けて、人の迷惑にならないようにしましょう。

楽しい雰囲気の中で食事をしよう



楽しい雰囲気の中で食べると、食事がよりおいしく感じられます。

## やりがちな食事マナー違反・手皿

はしの下に手を皿のように添えて食べる仕草のことを手皿といいます。これは、料理についている汁を落としてしまうことがわかっていながら食べるようなものなのでやってはいけないマナーです。



## 親子会食会ご参加ありがとうございました



たくさんの保護者様の参加をいただきありがとうございます。ここでは会食後のアンケートの【8：栄養士さんに聞きたいこと】について、いくつか回答したいと思います。その他のアンケートにつきましては、今後の献立作成に反映し学校給食がより充実したものになるための資料とさせていただきます。



### Q 食材の産地はどうなっているの？

向台小学校では野菜、魚、肉などの業者は小学校の近くの業者と契約をし、新鮮な食材を毎日当日の朝に届けてくれています。地産地消に取り組んでおり、野菜の産地は天候や気候に左右されてきますが、千葉、埼玉、栃木、茨城など関東産を中心に使用をしています。

### Q 人気・不人気メニューは？

人気メニューは味がしっかりついた混ぜご飯、カレーライス、お肉料理は大人気です。麻婆豆腐やラーメン、あんかけそばなども残食が出たことがないほどの人気メニューです。

逆に不人気メニューは、五目豆やごま酢和えなど、豆料理や主材料が牛蒡など根菜類の和え物や汁が該当してきます。

### Q 残食の量は？

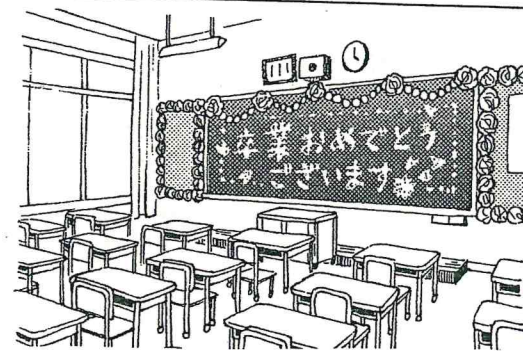
向台小学校の残食はとて少なく、1日に多く出たときでも重さにして1kgにも満たない程度です。4月ではどの学年も給食が残りがちになりますが、体も成長し約1年がたつ2月では残食量が減ってきます。2月に残食量調査を行いましたので、その結果をご紹介します。

←一年の始まりの様子  
6月9日～6月19日

2週間の全校供給量	2週間の残量	2週間の残食率平均(*2)		2週間の全校供給量	2週間の残量	2週間の残食率平均(*2)
kg	kg	%		kg	kg	%
184.6	0.83	0.4	ごはん	229.7	1	0.4
33.9	0.27	0.8	パン	35.3	0	0
86	1.4	1.6	麺	120.5	0	0
11.5	0	0	主食その他	29	0	0
11.6	0.1	0.9	果物	9.4	0	0
16.3	0.1	0.6	その他ゼリー等			
454.8	6.1	1.3	おかず残食率の平均(*1)	448.7	1.9	0.4

←一年の終わりの様子  
2月8日～2月19日

2週間の全校供給量	2週間の残量	2週間の残食率平均(*2)		2週間の全校供給量	2週間の残量	2週間の残食率平均(*2)
kg	kg	%		kg	kg	%
184.6	0.83	0.4	ごはん	229.7	1	0.4
33.9	0.27	0.8	パン	35.3	0	0
86	1.4	1.6	麺	120.5	0	0
11.5	0	0	主食その他	29	0	0
11.6	0.1	0.9	果物	9.4	0	0
16.3	0.1	0.6	その他ゼリー等			
454.8	6.1	1.3	おかず残食率の平均(*1)	448.7	1.9	0.4



6年生のみなさんはいよいよ卒業です。中学校の時期は一生の中で最も「心」と「体」が成長します。特に成長期の食習慣は一生の健康を左右する大切なものです。「食べる」と大切にし、大きく成長できるように、たくさん食べてくださいね。

