3月

令和７年度岩見沢市教育委員会　学校給食課

給食だより

たんたん　ニン太

給食に関する質問等は、学校給食課までご連絡ください。（TEL　22-4008）e-mail：kyusyoku@city.iwamizawa.lg.jp

食育目標
１年間の反省をしよう
給食目標
１年間の給食をふりかえろう

毎月、食育・給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。
ぜひお子様と一緒に読んでください。

給食費は期日までの納入をおねがいします。
給食費は、食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の管理費などは全て市の負担です。

学校給食ブログ
QR コード

早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかですね。この１年間の給食時間を振り返ると、準備や後片付けがスムーズにできるようになったり、苦手だった物が食べられるようになったり、時間内に食べ終われるようになったりと、一人ひとりが大きく成長できたのではないでしょうか。日ごろの食生活についても、振り返ってみましょう。

日ごろの食生活を振り返ろう！

食事の前に、手をきれいに洗っていますか？

朝ごはんを毎日欠かさず食べていますか？

よくかんで、味わって食べていますか？

おやつは決まった時間に、量を決めて食べていますか？

苦手な食べ物にも挑戦していますか？

毎日の食事を楽しんでいますか？

卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます。心も体もまだまだ成長し続ける皆さんにとって、食事から栄養をしっかりとること、食事を楽しむことはとても大切です。給食を通して学んだことを思い出しながら、これからの生活も、より良いものにしてほしいと願っています。

ご卒業おめでとうございます。

食に関する指導

2月　3日　東小５年生
2月　5日　志文小４年生
　　明成中１年生
2月　6日　東光中２年生
2月 12日　志文小６年生
2月 27日　清園中２年生

岩見沢小５年生

今月の注目メニュー

毎月の注目食材や特別献立、行事食などについてお知らせします。「献立表」とあわせてご覧ください。

今月は２月のメニューから紹介するよ！

★桃の節句こんだて

Aコース・Bコース　2日（月）

３月３日は桃の節句です。桃の花には邪気を払う力があるといわれ、春の訪れの象徴です。桃の節句にちなんで「花型ハンバーグ」が登場します。「鮭そぼろ」と「手巻きのり」は、自分で手巻きごはんを作って食べてみましょう！

★卒業おめでとうこんだて

Aコース　11日（水）・Bコース　10日（火）

小学校６年生と中学校３年生の卒業お祝いで、とんカツをのせて食べる「カツカレー」と、「お祝いクレープ」がつきます。思い出に残る給食時間になるといいですね。
お楽しみに♪

★たんたんの日こんだて

Aコース、北村小　12日（木）・Bコース　13日（金）

今月は、「ワンタンスープ」の『キタノカオリワンタン』、「中華炒め」の『玉ねぎ』と『手作りみそ』が岩見沢産の食材です。

学校給食アンケートへのご協力ありがとうございました

学校給食についてのアンケート調査を１月26日～2月10日の期間で行いました。

今後、より良い学校給食を進めていくため、市内の児童、生徒、教職員のみなさまから、たくさんのご意見をいただくことができました。回答ありがとうございました。

ニン太のレッツCOOKING♪

大豆とひじきの煮物

材料（4人分）

- 乾燥大豆…20g
- 鶏もも肉…40g
- ひじき　…4g
- しらたき…30g
- 油　…適量
- みりん…小さじ１
- 三温糖…小さじ１
- 酒　…小さじ１
- しょうゆ…小さじ１
- 塩　…少々
- だし汁…大さじ２

～つくり方～

① 大豆は下ゆで、ひじきは洗って水でもどしておく。
② 鶏肉は一口大、しらたきは 2cmに切っておく。
③ 油を熱し、鶏肉、酒を入れて炒める。
④ 大豆を入れて炒める。
⑤ ひじきを入れて炒める。
⑥ だし汁を入れて煮て、しらたきを入れる。
⑦ 三温糖、しょうゆ、みりん、塩を入れる。
⑧ 一煮立ちさせてから、弱火で煮汁をよく煮含ませて、できあがり♪

❤節分の行事食として、子どもたちに人気のひじきの煮物に岩見沢産の大豆を入れてみました。普段食べなれない大豆も、子どもたちに好評でした。ご家庭の食卓にもぜひお試しを♪