

令和7年2月28日  
 文京区立本郷小学校  
 校長 杉本 謙  
 栄養教諭 竹村 礼奈  
 栄養士 尾川 ゆめ花

昔から「三寒四温」といいますが、寒い日と温かい日を交互にくりかえし、春は確実に近づいています。保護者の皆様には、今年度も本校の給食活動に御協力いただき、ありがとうございました。

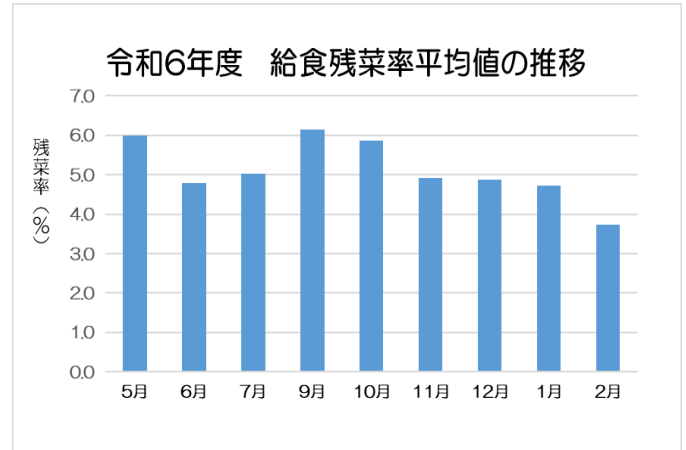
## 1年間の振り返りをしましょう！

この1年を振り返って、よくできたものの□にチェックしてみましょう。あまりできなかったところは、来年度の目標にしてみましょう。

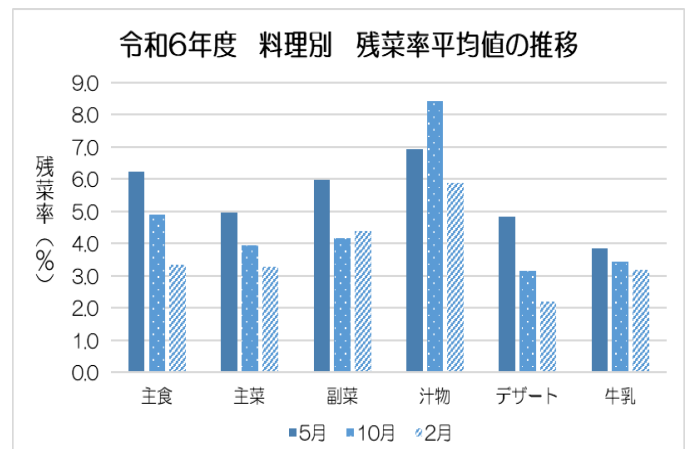
<input type="checkbox"/> 朝ごはんは毎日食べましたか。 	<input type="checkbox"/> 食事の前の手洗いはできましたか？ 	<input type="checkbox"/> 給食当番の仕事をきちんとできましたか？ 
<input type="checkbox"/> 食器を正しく配膳できましたか？ 	<input type="checkbox"/> 食事のあいさつはきちんとできましたか？ 	<input type="checkbox"/> 箸を正しく使うことができましたか？ 
<input type="checkbox"/> 食事のマナーを守って食べることができましたか？ 	<input type="checkbox"/> よくかんで食べましたか？ 	<input type="checkbox"/> 旬の食べ物や行事食を楽しみましたか。 
<input type="checkbox"/> 給食の決まりを守って食べることができましたか？ 	<input type="checkbox"/> 栄養を考えて(好き嫌いなく)食べることができましたか？ 	<input type="checkbox"/> おやつは、時間や量を決めて食べることができましたか？ 

## 給食残菜率の推移について

給食室では毎日、給食の食べ残し(残菜)を料理ごとに計量し、記録しています。5月全体として平均6.0%あった残菜率は、2月(20日までの集計)3.7%に低下しました。9月と10月は残菜率が少し高かったですが、残暑が厳しかったことが影響として考えられます。2学期以降、からっぽの食缶が返ってくるのが多くなり、児童の成長が感じられました。



また、料理別でみると、副菜や汁物の残菜率が高い傾向にあることがわかりました。今後はこれらの料理に重点をおいて、メニュー開発や調理法の見直しをしていきたいと思ひます。



来年度も、毎日の給食時間の様子と残菜率を確認することで、児童の食に対する嗜好を把握し、食材の選び方、料理の組み合わせや味付けなどを工夫していきます。給食を通して、好き嫌いなく、バランスよく食べる児童が増えることを願っています。

## ★★★リクエスト給食 結果発表!★★★

給食委員会の児童が中心となり、10月に全校で行った「給食ビンゴ」の景品としてリクエスト給食を実施しました。ビンゴが2つ以上のクラスには1人2枚、その他のクラスには1枚のリクエスト券を配布し、児童1人1人が食べたい献立に投票しました。開票も、委員会の児童が行いました。投票結果は以下の通りです。第1位～第3位までのメニューを3月の献立に組み込みました。楽しんで食べてもらえると嬉しいです。企画してくれた給食委員会のみなさん、投票してくれたみなさん、ありがとうございました。

また、このように児童からリクエストをもらえると、給食室一同、とても励みになります!来年度も児童から「もう一度食べたい!」と思ってもらえるような、おいしく、楽しい給食づくりに励んでいきたいと思えます。

	得票数	献立名
👑第1位👑	316票	牛乳、ジャージャー麺、青のりピーンズポテト、サイダー寒天
👑第2位👑	216票	牛乳、カツカレーライス、海藻サラダ、果物
👑第3位👑	180票	牛乳、揚げパン、コーンスープ、ベーコンサラダ
第4位	89票	牛乳、わかめごはん、からあげ、豚汁、果物
第5位	74票	牛乳、スパゲッティミートソース、ポテトのハニーサラダ、果物
第6位	30票	牛乳、豚肉の生姜焼き丼、梅肉和え、芋けんぴ
第7位	14票	牛乳、ひじきチャーハン、揚げぎょうざ、春雨スープ
第8位	11票	牛乳、ごはん、鯖の味噌煮、けんちん汁、果物



投票箱の前でどれにしようかと真剣に考えている児童の姿が印象的でした。今回選ばれなかったメニューも、またいつか、献立に組み入れたいと思います♪

人気投票第1位だった「ジャージャー麺」のレシピを紹介します。ぜひ作ってみてください。

材料 (4人分)				作り方
蒸し中華めん (焼きそばの麺)	4袋	★鶏がらスープ	150g	①中華めんは、ごま油を敷いたフライパンで蒸し焼きにする。 ②フライパンに油を入れ、にんにく、しょうが、豆板醬を弱火で炒め、香りを出す。 ③中火にし、豚ひき肉を加えてパラパラになるまで炒める。 ④にんじん、玉葱を加え炒める。 ⑤もやしを加えてさっと炒め、★を加えて煮る。 ⑥全体がなじんだら、火を弱め、片栗粉を水で溶いて少しずつ加える。 ⑦火を再び強めて、ごま油を加える。めんにも肉みそをかけて食べる。
ごま油	小さじ2	★しょうゆ	20g	
炒め油	適宜	★赤みそ	25g	
にんにく (みじん)	1かけ	★甜麵醬	8g	
しょうが (みじん)	1かけ	★酒	2g	
豆板醬	少々	★三温糖	4g	
豚ひき肉	50g	片栗粉	大さじ1強	
にんじん (みじん)	40g	ごま油	少々	
玉葱 (みじん)	120g			
もやし	60g			

新学期の給食 (新2年生～6年生) は、4月9日 (水) から始まります。  
 献立は、牛乳・スパゲッティミートソース・コーンサラダ・果物です。