



2024年11月29日
町田市立南第三小学校
校長 工藤 成

気温差が激しい日が続いていましたが、みなさん体調はくずしていませんか？
感染しようも流行ってきているようですね。今年も残り約1か月になりました。生活習慣を整えて、万全の体調で過ごしていきましょう！



12月は手洗いをきちんとすることが給食時間のめあてになっています。手洗いは感染しようや食中毒を防ぐ効果的な方法です。冬の時期は感染しようがはったり、ノロウイルスにかかったりしやすい時期です。特に食べる前やお手洗いに行った後には忘れずに手を洗うようにしましょう。

まち☆ベジ給食

12/11に町田産の食材を使った「まち☆ベジ給食」を提供します。

★ぶりのゆうあん焼き★
南三小でとれるゆずを使う予定です。

★東京牛乳★
多摩地域でとれた牛乳です。

★ごはん★
町田産のお米を使います。

★町田の冬野菜みそしる★
農家の方の大根、白菜、ねぎを使います。

※画像はイメージです。実際の給食とは異なります。

12/21 は
1年で一番昼が短く、夜が長くなる日です。ゆず湯に入って体をきれいにし、かぼちゃやあずきを食べて悪い気をはらい、病気をしないで元気であることを願っています。

給食では12/20に「かぼちゃのもの」、ゆずを使った和え物「野菜のゆず風味」、かぼちゃとあずきを使った「冬至団子」を提供します。

給食レシピ つくってみよう きのこの和風スパゲッティ



お子様のお話を聞いて作ってみたいとお話をいただいた、きのこのスパゲッティです！

- 《材料》（4人分）
 スパゲッティ……400g（4束）
 豚肉……160g
 油……適量（小さじ1程度）
 酒……大さじ1/2
 たまねぎ……1個弱（160g）
 にんじん……約1/2本（80g）
 ぶなしめじ……80g
 エリンギ……70g
 えのきたけ……40g
 みりん……小さじ1
 濃口醤油……小さじ4
 塩……小さじ1（6g）
 こしょう……少々
 焼きのり……適量

- 《作り方》
 ①たまねぎは薄切り、にんじんは細切りにする。ぶなしめじは小房に分け、エリンギは短冊状に切り、えのきたけは2cm幅に切る。豚肉は1口大に切る。
 ②鍋にたっぷりの湯を沸かし、塩（分量外：1Lに小さじ1の割合）を加える。スパゲッティをパラパラとほぐしながら入れ、ときどき混ぜながら表示の時間通りゆでる。ざるにあげて湯をきる。
 ③フライパンで油を熱し、豚肉、酒を入れて炒め、火が通ってきたら野菜ときのを入れて炒め、みりん、醤油で味を付ける。
 ④③に麺を加えて混ぜ合わせ、塩、こしょうで味をととのえる。
 ⑤スパゲッティを器に盛り、刻んだのりをのせる。

保護者の方へ

【給食の持ち物について】

給食当番の児童が使用するマスクを忘れるお子様が見受けられます。ランチョンマットやタオルとともにマスク（布マスクでも構いません）もご準備ください。

【給食着について】

日頃より、給食着の洗濯やアイロンがけにご協力いただきありがとうございます。2学期の給食は12月23日に終わります。お子様が給食着を持ち帰りましたら洗濯とアイロンがけをしていただき、終業式までに持たせてくださいますようお願いいたします。なお、3学期の給食は1月9日から始まります。

【学校給食費の納期限（口座振替日）】

7期（12月分）の学校給食費の口座振替日は、12月25日です。納期限の前日までに口座への入金をお忘れのないようお願いいたします。



ふゆやさい さんじょう 冬野菜レンジャー参上

