

給食だより3月号

令和8年2月27日
江戸川区立平井南小学校
校長 岡田 盛雄
栄養士 榮兼士

少しずつ春らしい気候になり、寒さが和らいできました。

1年生は入学したばかりの頃に比べて、給食の準備が早くなったり、苦手な食べものに挑戦できるようになったりしています。6年生は3月が小学校生活最後の給食になるので、思い出に残る給食となると思います。

6年生に思い出作りの一つとして「また食べたい！給食アンケート」をとりました。その結果を発表します。リクエストの上位に入った料理は、栄養価等を考慮しながら可能な限り3月の給食に取り入れています。



6年生卒業リクエスト給食 結果発表！！

料理部門

- 1位 カレーライス … 23票
- 2位 きなご揚げパン … 20票
- 3位 パリパリ海藻サラダ… 10票



1位はカレーライスです。本校の手作りカレーライスは玉葱をよく炒めて甘みを出し、市販のルウは使用せずにバターと小麦粉でルウを作ります。2位の揚げパンは、1952年に大田区の小学校に勤める調理師さんが、時間が経過し

デザート部門

- 1位 手作りケーキ… 9票
(ココア、チーズ、抹茶など)
- 2位 フルーツポンチ… 8票
- 3位 スイートポテト… 4票
いちごのチョコつとがけ… 4票



て硬くなったパンをおいしく食べてもらおうと、油で揚げて砂糖をまぶして提供したのが始まりとされています。今は時間が経過したパンを給食使用することはありませんが、多くの学校で揚げパンは人気メニューのようです。平井南小のデザートは、寒天やケーキも、加工されたものではなく、手作りで優しい味に仕上げています。

郷土料理、世界の料理部門

郷土料理 1位 山梨県（ほうとうを含む）… 13票

世界の料理 1位 カナダ（メープルトーストを含む）… 14票



郷土料理は、山梨県の「ほうとう」が大人気でした。ほうとうは、幅広い麺と野菜をみそ仕立ての汁で煮込んだものです。2位は沖縄県の料理でした。

世界の料理はカナダの料理から、「メープルトースト」を3月の給食に取り入れました。献立表の★マークがついているものは、6年生からリクエストがあったメニューです。児童に楽しんで食べてもらえると良いです。

たまご、小麦粉を使わなくても作れる！★おとうふフラウニー

2月の給食で食べ残しが少ないデザートでした。

材料(10カット分)

- ・豆腐 240g
- ・さとう 80g
- ・溶かしバター 80g
- ・米粉 120g
- ・ココア 30g
- ・ベーキングパウダー 6g
- ・牛乳 90ml
- ・バニラエッセンス 1滴
- ・粉砂糖 4g

作り方

- ① ボールに豆腐を入れ、泡だて器で混ぜてペースト状にする。
- ② さとう、湯せんで溶かしたバターを入れてよく混ぜる。
- ③ 米粉、ココアパウダー、ベーキングパウダーを入れる
- ④ 牛乳、バニラエッセンスを入れて混ぜて、型に流す。
- ⑤ 170℃に温めたオーブンで20～30分焼く。