



が 2月 給食だより



令和8年2月2日
江戸川区立一之江第二小学校
校長 木村 紀朗
栄 養 士

1年の幸福を願う「節分」の行事



2月3日 節分



立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギワシ（ヤイカガシ）を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼（邪気）”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。（※諸説あります）

節分にまつわる食べ物



ふく まめ
福豆

大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

よくかんで
食べよう！



え ほう ま
恵方巻き

太巻きすし。その年の歳神様がいますとされる“恵方”を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

2026年の
恵方は
「南南東」

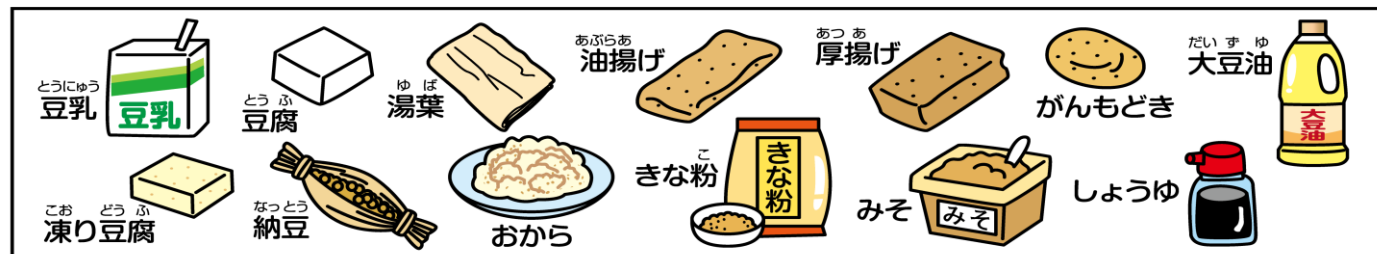


※い大豆やナッツ類は、5歳以下の子どもでは窒息の危険性があるので食べさせないようにしてください。



豆まきに使われる大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。給食でもほぼ毎日使われています。大豆の力も借りて、寒さに負けず、元気に過ごしましょう。

大豆からできるもの



節分
とんたて

いわしの蒲焼き丼、牛乳、

小松菜のからしあえ、かしわ汁、黒糖福豆



2月17日(火) 世界の料理 カナダ

手作りメープルパン、牛乳、サーモンと豆のスープ、 フーティン、オレンジ



17日はカナダ料理の給食です。カナダは世界で2番目に大きな国で、日本の約27倍もあるとても広い国です。広大な自然が特徴で、ナイアガラ滝やロッキー山脈が有名です。

カナダの食事は、パンやパスタといった小麦製品を主食とし、そこに肉料理やポテト、スープなどを合わせて食べているそうです。代表的な家庭料理『フーティン』は、フライドポテトにチーズとグレイビーソースはかけた料理で、カナダ全土で愛されている定番メニューとなっています。

またカナダは、世界最大のメープルシロップ産地でもあり、メープルシロップがとれる『サトウカエデ』の葉はカナダの国旗にもデザインされています。パンケーキなどデザートに使われることが多いですが、カナダでは肉料理のソースにも使われます。さらに海の食材も豊富で、西ではサーモン、東ではロブスターや牡蠣がよく獲れるそうです。

今回の給食では、フーティン、メープルシロップ、サーモンといった、カナダにゆかりのあるものをたくさん使って作るので、楽しみにしてください。カナダにはこの他にも様々な料理があるので、興味のある人はぜひ調べてみてください。



カナダの国旗

2月25日(水) 6年生 家庭科+外国語コラボレーション献立

6年生は家庭科の授業で、3色の栄養素やバランスのよい食事について学びます。その後外国語の授業で、英語でオリジナルスクールランチメニューを考えました。プレゼンテーションを行い、各クラスの代表者の献立を、実際に給食で提供していきます。25日の第1回は6年2組の献立です。当日のお昼の放送では考案した児童が、英語で献立について放送します。



6年2組 考案献立



肉うどん、牛乳、鶏のから揚げ、小松菜のおひたし、ごまだれ団子

今年度も残り2か月となりました。1年生は配膳のスピードがどんどん上がり、準備の時間が短くなりましたね。他の学年も苦手なものに一口でも挑戦する姿や、克服できたという声も聞けました。今後も残す量が少しでも減ったり、完食の日がより増えていたらうれしいです！

