

2月給食たより

令和7年1月29日
江戸川区立小松川小学校
校長 坂野真太郎

暦の上では春をむかえる月ですが、まだまだ寒い日が続きます。引き続き手洗いうがいをしっかりとすることに加え、栄養バランスの良い食事、運動、十分な休養を心がけ、免疫力や抵抗力を高めましょう。



みんなの給食～給食からSDGsを考える～を実施します。

2月20日(木)・2月25日(火)は、みんなの給食の献立です。

<20日献立>

牛乳 ごはん
エコふりかけ
セレクトハンバーグ
小松菜のごまおひたし
切り干し大根のみそ汁

<25日献立>

牛乳 ごはん
だし昆布とおかかの佃煮
小松菜コロック
おひたし
合わせだしのすまし汁

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標



～献立のポイント～

- ★ 給食では、和食の献立を中心に、1食1食がご家庭の食事の参考になるように献立を立てています。
- ★ 【だし昆布とおかかの佃煮】すまし汁に使うだし昆布と花かつおを佃煮にします。
【エコふりかけ】だしをとった後の花かつおをふりかけにします。
しょうゆやみりんなどの調味料を加え、煎って水分を飛ばしたところにゴマとあおのりを加えます。
佃煮やふりかけで食品ロスを減らすため、食材を無駄にしない丁寧な調理をします。
- ★ 【コノシロのチーズハンバーグ】東京湾でとれたコノシロのミンチを使用します。
【小松菜のコロック・小松菜のごまお浸し】江戸川区産の小松菜です。
地産地消で運搬にかかるエネルギーを削減します。



自分たちができることはないかな？
ご家庭でもぜひ話題にしてみてください！

2月の郷土料理

12日(水) 栃木県の郷土料理

- ・ゆかりとじゃこのごはん
- ・モロの揚げ煮
- ・野菜のごま酢和え
- ・かんぴょうの卵とじ
- ・いちご



栃木県の特産品であるかんぴょうやいちごを出します。
かんぴょうの卵とじは、加工に失敗したかんぴょうがもったいないと汁物に使われたのが始まりと言われています。