

2月給食だより

令和7年1月31日
江戸川区立大杉東小学校
校長 高橋 真

2月の給食目標

食事のマナーを身に付けよう

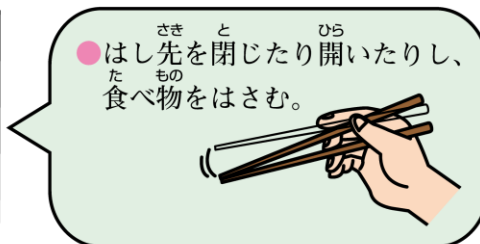
まだまだインフルエンザなどの感染症に注意が必要です。予防のためには、手洗い・うがいのほかに、規則正しい生活を心がけましょう。生活習慣が乱れると免疫機能の低下につながり、体調を崩しやすくなります。早寝・早起きの習慣をつけ、朝・昼・夕の食事をなるべく同じ時間にとるようにしましょう。

正しくはしを使っていますか？

食事のマナーの一つにはしの使い方があります。周りの人と気持ちよく食事ができるように、正しい持ち方ではしを使い、マナー違反をしないように気をつけましょう。



はしの持ち方



やりがちなマナー違反

さしばし



よせばし



わたしばし



まよいはし



なみだばし



牛乳のヒミツ



冬の牛乳

は味が濃い!?

給食に毎日出るものに牛乳があります。日によって牛乳の味が違うと感じることはありませんか？牛乳は生きている牛から生産されるので、牛の品種や育て方、えさの違いなどによって風味が変わります。また、牛は暑さに弱く、夏は食欲が落ちて水分を多くとるため、乳脂肪分が少ないさっぱりとした味の牛乳になり、秋から春先にかけては、乳脂肪分が多い濃厚な味の牛乳になります。寒くなると、給食では牛乳の残りが多くなりがちですが、冬ならではの牛乳のおいしさを、ぜひ確かめてみてください。



夏…乳脂肪分が少ない
さっぱりとした味



秋から春先…
乳脂肪分が多い濃厚な味

2月の年中行事「節分」



なぜ、節分に豆をまくの？

2月といえば、豆をまいて鬼を追い払う節分の行事があります。節分は季節を分ける日という意味で、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことを指します。年に4回ありますが、昔の人は立春を1年の始まりと考えていたため、その前日の節分が特別な行事として現代に伝わっています。

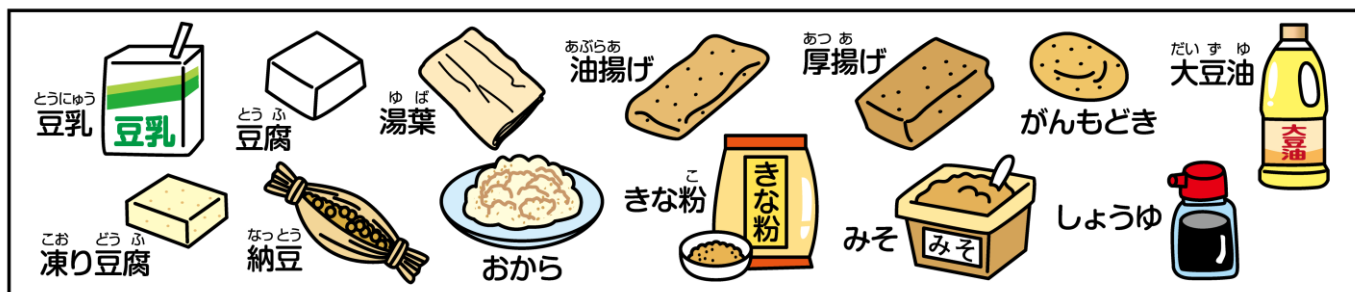


災いや疫病をもたらず鬼を追い払い、幸福を招くための風習が「鬼は外、福は内」の掛け声で行われる豆まきです。豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢+1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。



大豆

大豆からできるもの



6年生が考えた献立が登場します！



2月も6年生が家庭科の授業で立てた献立が登場します。授業では、給食の献立がどのように立てられているかを学び、主食・主菜・副菜をそろえること、20種類程度の食品を使うことを目標に、一生懸命考えてくれました。楽しみにしててください！

日程	作成者	献立名
2月4日(火)	6-1児童	ピザトースト／牛乳／ポトフ／ポテトサラダ／バナナ
2月5日(水)	6-2児童	ご飯／牛乳／鰹の甘辛揚げ／ツナと大根の和え物／じゃがいもと大根のみそ汁／みかん
2月13日(木)	6-1児童	ご飯／のりのつくだ煮／牛乳／鮭の春巻き／小松菜の和え物／豚汁
2月14日(金)	6-2児童	手作りアップルロールパン／牛乳／魚介のシチュー／信号サラダ
2月17日(月)	6-2児童	ご飯／牛乳／白身魚の甘酢あんかけ／もやしときゅうりのサラダ／わかめの中華スープ／いよかん
2月18日(火)	6-1児童	ご飯／牛乳／チーズハンバーグ／コールスローサラダ／ミネストローネ／オレンジ
2月25日(火)	6-2児童	ツナコーントースト／牛乳／鶏肉のシチュー／小松菜とほうれん草のソテー／バナナ
2月28日(金)	6-1児童	ご飯／牛乳／鮭ときのこのバター醤油焼き／きんぴらごぼう／キャベツのみそ汁／みかん

