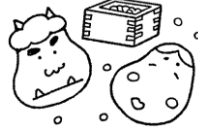


家庭数

# しょくいく 食育だより

2月号



2月の給食目標

自分の体にあった

食事の量を知ろう

令和4年1月28日

横浜市立平沼小学校

校長 寺岡 徹

栄養教諭 星 智美

2月4日は立春です。暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が続いています。給食室でも、できるだけ温かいまま給食を教室に届らせるよう、出来上がりのタイミングなど、この時期はとくに工夫して調理を行っています。温かい給食を食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。

## 1・2月の献立変更

日	変更前	変更後	変更理由
1/31(月)	丸パン、牛乳、イタリアンペースト、ヌードルスープ、ミックスフルーツ	丸パン、牛乳、イタリアンペースト、 <u>ヌードルスープ（ブロッコリー5g/人程度追加）</u> 、ミックスフルーツ	2年生が育てた「ブロッコリー」を全校で味わう。
2/4(金)	茶めし、牛乳 きつねうどん、そばろ煮	<u>茶めし(自校炊飯)</u> 牛乳 きつねうどん そぼろ煮	給食室で炊いた出来たてのごはんを味わいます。

### ★6年生対象「分散型バイキング給食」

2月24日・25日・28日に実施します。献立内容は別紙「お知らせ」(2月上旬配布予定)でご確認ください。

### 【材料と分量(中学年一人分の量<g>)]

#### ★4日(金)

茶めし:精白米70、しょうゆ 1.8、みりん 2、酒 2、塩 0.2

今月のはま菜ちゃん(市内産)

こまつな・ほうれん草・さといも・ねぎ



## 給食週間の取組報告

1月24日~28日は給食週間でした。給食委員会で考えたクイズラリーやメッセージカードの作成を通して、感謝の伝え方や自分の体にあった食べ方を考えることができました。

### ★1月18日 給食集会

今年度のテーマは「あつめよう きれいなお皿!感謝をもって、ていねいに残さず食べよう」でした。



食器にごはん粒など残らないように、きれいなお皿で片づけることで、調理員さんに感謝を伝えたいと考え、このテーマにしました。

#### 【内容】

- ・給食アンケートの結果発表  
平沼小人気メニュー第1位は「あげパン」でした。
- ・給食週間の取り組み、お知らせ

### ★給食クイズラリー



各階に貼ってあるクイズに答えて、キーワードを見つけます。参加賞は給食メニューのレシピ集でした。キーワードの答えは「おいしい給食」でした。

### ★メッセージカードの作成



クラスごとに感謝のメッセージを考えて、調理員さんに届けました。きれいなお皿や食べ物のイラストを描いて感謝を伝えました。