



給食だより

令和2年2月3日
横浜市立西が岡小学校

今年の冬は暖かく、梅の開花も早いようです。でもインフルエンザの流行はまだ続いています。油断せずに寒さに負けず、食生活にも気を配り元気に過ごしましょう。

2月の給食目標

「寒さに負けない食事を知ろう」

- すききらいなくたべましょう。
- 栄養のバランスを考えてたべましょう。



今月の献立について

- 節分にちなみ、大豆や大豆製品をたくさん使った献立を取り入れています。
- 泉区産の野菜を使用します。
今月使用する、こまつな・ほうれんそうは JA 横浜から購入します。
- 献立に一部、変更があります。



14日(金)…みかんゼリー(黒みつかんを変更)

みかんジュース・粉寒天・砂糖・水

18日(火)…ほうれんそうのポタージュ(にんじんのポタージュを変更)

泉区のほうれんそうを使ったポタージュです。

ほうれんそう・いんげん豆ペースト・じゃがいも・たまねぎ・米油・牛乳・豆乳・脱脂粉乳・塩
こしょう・チキンブイヨン

19日(水)…まっちゃ風味もち(みかんを変更)

給食委員会で募集した「あったらいいな給食デザインコンテスト」の優秀賞に選ばれた6年1組大橋さんの作品を給食に取り入れました。

抹茶・粉寒天・でんぷん・砂糖・黒砂糖・きな粉・塩

20日(木)…ロモサルタード・ダイエットポヨ

(あじのピリ辛ソース・ゆで野菜・中華スープを変更)

国際理解教室のミリアム先生の出身国ペルーの料理を参考に取り入れました。

ロモサルタード：豚肉・にんにく・たまねぎ・トマト・赤ピーマン・米油・しょうゆ・砂糖
みりん・塩・こしょう・オレガノ・クミン・じゃがいも・揚げ油

ダイエットポヨ：鶏肉・たまねぎ・にんじん・キャベツ・マカロニ・チキンブイヨン・塩・こしょう

- 25日(火)のみそ汁に、昨年度の3年生の総合的な学習の時間でお世話になった麴屋の川口さんに教えていただいて作ったみそを使います。1年間熟成したみそです。お楽しみに。

- 6年間の給食のまとめとして、6年生のバイキング給食を行います。(25日～28日まで1クラスずつ実施します。)



あったらいいな給食デザインコンテスト

給食委員会で「あったらいいな給食デザインコンテスト」と題して、あったらいいなと思うおかずやデザートを募集しました。各クラスからの代表作品に、給食委員会で賞を考えて表彰しました。

クラスの代表作品は1Fホールに掲示しています。



給食週間 ~給食かるたを作りました~

1Fホールに全学級の力作が掲示されています。

- ㊦いすがねまい日でたらうれしいな
- ㊧れしいなおいしいきゅうしょくいただきます
- ㊨いしいからあげ大人気
- ㊩ゆうしょくをつくってくれてありがとう
- ㊪んこうを考えてくれる金子先生と調理員さん
- ㊫おりみたいシャキシヤキシヤベツおいしいな
- ㊬いこうないつものきゅうしょくありがとう
- ㊭ープをのんだらあったかい
- ㊮ぼろごはんはおいしいよ
- ㊯キンがだいすき
- ㊰あらいうがいをしっかりして食べよう
- ㊱つにはね野さいを食べて元気出す
- ㊲めぬめだなっとうの日はいとびる
- ㊳こさず食べて栄養まんてん元気モリモリ100%
- ㊴るやすみにおいしいきゅうしょくまだたべたいな
- ㊵ゆにかぜにかからないようにすききらいなくたべよう
- ㊶へーはじめて食べたよサメ料理
- ㊷じまんじ今日の給食カレーだけ
- ㊸かしから変わらぬおいしさいただきます
- ㊹う1年おいしい給食食べたいな
- ㊺いただきますみんなで心を合わせてね
- ㊻いえんに忘れられないあのメニュー
- ㊼いすとねカレーのこんびまじうまい
- ㊽一多めカレーのおともはしろごはん
- ㊾く年間おいしい給食ありがとう
- ㊿ちねんかんいつもきゅうしょくありがとう
- ㊽びフライとてもカリカリおいしいよ
- ㊽んしゃしてきもちをつたえる一年一くみ
- ㊽リームシチューパンにつけるとおいしいよ
- ㊽あわせなきゅうしょくいつもいただきます
- ㊽んべいバリバリおいしいな
- ㊽まごスープおいしいな
- ㊽めた〜いアイスクリーム
- ㊽もだちといっばい食べて元気よく
- ㊽こにこになれる給食ありがとう
- ㊽ばねば納豆栄ようまんてんおいしいよ
- ㊽らんすを考えて食べよう
- ㊽っとするほかほかみそ汁白いごはん
- ㊽んなで一口食べれば給食残り0ゼロ
- ㊽ニュー見るみんな笑顔で席につく
- ㊽さい食べ心も体も健康に
- ㊽ずゼリー西小育ち地産地消
- ㊽そうする今日の給食何かなど
- ㊽かいしよう調理員さんの気持ちをね
- ㊽ツツゴーアイスを取りに猛ダッシュ



1月のすこやかカードも給食週間にちなみ、「感謝して食べよう」として、自分のおすすめの給食をワークシートに書きました。やはり人気はあげパンのようです。

今年の節分は2月3日です



節分とはもともと季節を分ける日のことで、立春・立夏・立秋・立冬の前日を言います。立春が2月4日なので、前日の2月3日が節分となります。

節分

豆知識

節分に豆をまく習慣は室町時代頃からはじまったとされます。鬼を追い払うために使う豆ですが、悪いものに勝つ、強い力があると信じられていたそうです。また、地域によりさまざまですが豆を年齢の数だけ食べる（または年齢の数に1つ加える）と病気にかからないともいわれています。