

ぱくぱく



令和 3 年 2 月 1 日

よこはましりつとよだしょうがっこう
横浜市立豊田小学校

がつ インフォメーション 2月

楽しい豆まきに、おいしい恵方巻！日本の伝統行事として馴染みのある「節分」ですが、今年の節分は例年よりも1日早い2月2日（火）です。節分が2日になるのは124年ぶりになるそうです。豊田小学校では2日に節分にちなんだ給食が出ます。日本の伝統行事を大事にしていきたいですね。

2月の献立

* 節分にちなみ、豆類・大豆製品を使った献立を多く取り入れました。（生揚げとだいごんの煮物・豆乳チャンポン・炒り凍り豆腐・きつねうどん・白玉ぜんざい・黒みつかんのきなこ）

* 節分の行事食を取り入れました。（2日煮魚）

* 寒さに負けない食事として、体を温める汁物・シチュー・煮物を取り入れました。

（のっぺい汁・きつねうどん・ワンタンスープ・米粉シチュー・野菜のスープ煮・和風ポトフ・生揚げとだいごんの煮物）

* 献立変更

2日 ごはん・牛乳・煮魚・揚げだいず・豚汁

→ごはん・牛乳・煮魚・ぶどう豆フライ・豚汁

ぶどう豆フライは総合の学習で3年生の児童と一緒に考えた献立です。大豆の残量が多いことを3年生に相談したところ、「だいずをみんなに食べてもらおう大作戦」を計画してくれました。全校の児童に大豆の栄養や良さなどを知ってもらおうとアイデアをたくさん出し、新聞・ポスター掲示やだいずマンの劇などを作ってくれました。そして、「ぶどう豆フライ」もアイデアの1つです。みんなにたくさん食べてもらえると嬉しいです。

9日 麦ごはん・牛乳・はくさいの中華炒め・ワンタンスープ・ごま塩

→麦ごはん・牛乳・はくさいの中華炒め・ワンタンスープ・ごま塩・いよかんゼリー

22日 麦ごはん・牛乳・ひじきごはんの具・メヒカリフライ・呉汁

→麦ごはん・牛乳・ひじきごはんの具・金目鯛の煮付け・呉汁



1月の給食をふりかえって

☆ 残りの少ない献立 ☆

1位 ごぼうソテー 0.5% (2.5人分)

2位 ポークカレー 0.6% (3人分)

2位 チリコンカーン 0.6% (3人分)

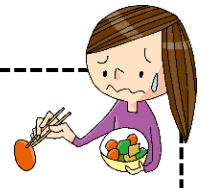


★ 残りの多い献立 ★

1位 なます 6.4% (32人分)

2位 ミックスフルーツ 6.2% (31人分)

3位 ぶりだいごん 6.0% (30人分)



※ご飯・パン・牛乳を除いたものになります。

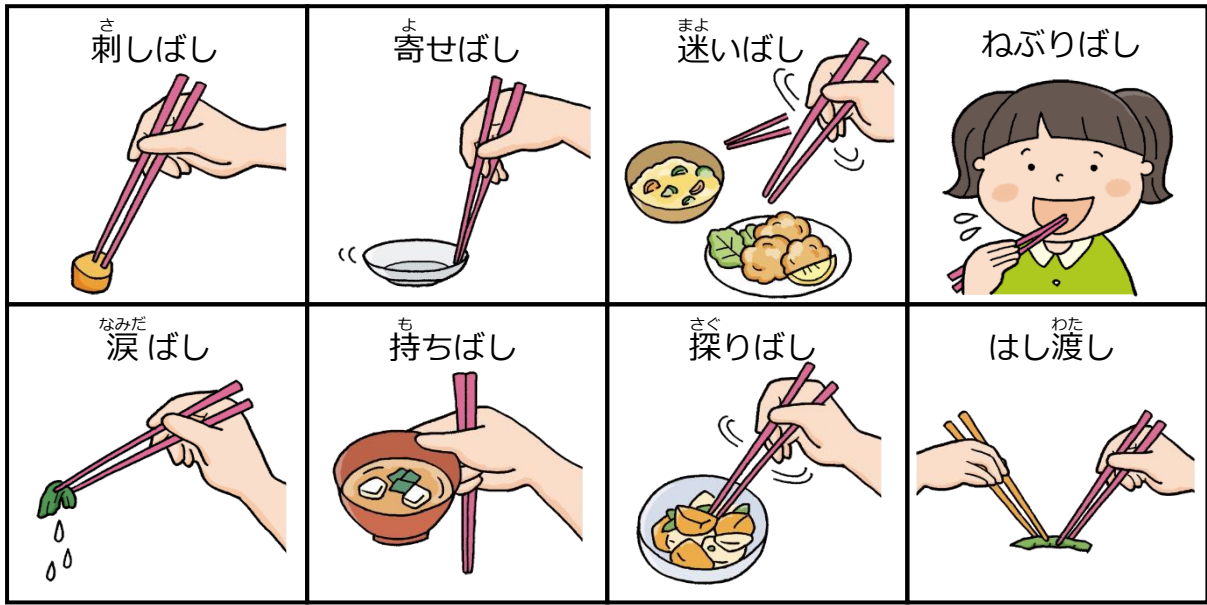
和食の食事作法は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど、はしの使い方とても重要です。はしは「切る」、「はさむ」、「混ぜる」などの多様な機能があるので正しい持ち方や使い方を身につけると、食事がスムーズにできます。



マナー違反に注意！ きれいはし



一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはしづかいを「きれいはし」といいます。気をつけましょう。

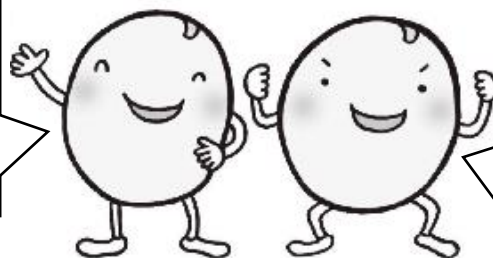


せつぶん 節分のはなし

節分といえば豆まき。「鬼は～外 福は～内」のかけ声とともに豆をまくのは、豆にある「霊力」をもって、災いをはらう意味があります。

豆は大昔（7000年前くらい）から世界中で食べられてきました。日本では古くから小豆と大豆は米と同じように大事にされ、豆まきやお赤飯など、日本の文化と豆は密接なかわりがあります。大豆をはじめとするいろいろな豆をたくさん食べて「マメ（健康）」に暮らしましょう。

私の名前は「大豆」です。体は小さいけれど「畑の肉」といわれるくらい、たくさんさんの栄養があります。



体をつくるもとになるたんぱく質、丈夫な骨をつくるカルシウム、貧血を予防する鉄、体の発育に欠かせないビタミンB群、食物繊維もたっぷりです。

給食週間の取り組みについて

今年度は給食週間の取り組みとして、全校児童の皆さんに調理員さんに感謝の気持ちの手紙を書いてもらい、給食委員が代表で調理員さんに渡しに行きました。たくさんさんの感謝の気持ちに調理員さんたちはとても喜んでいました。皆さんたくさんさんのメッセージありがとうございました。