



給食たより

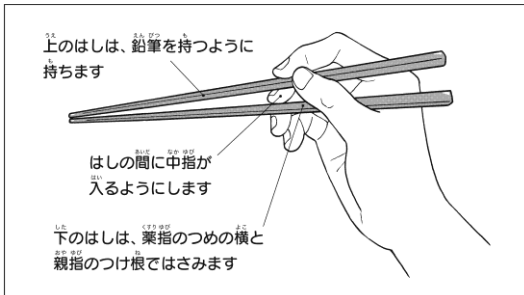
令和6年度
さいたま市立海老沼小学校

暦の上では春になりますが、まだ寒さの厳しい日が続いています。コロナウイルス感染症に加え、インフルエンザや風邪も流行しています。好き嫌いせずに食べて、夜はしっかり睡眠をとり、病気の予防をしましょう。

今月の給食目標「マナーを守って食事をしよう」

気持ちよくみんなで食事をするためには、食事のマナーが大切です。マナーとは、相手への思いやりの気持ちが表れたものです。食器の持ち方や姿勢、箸の持ち方について、自分の食事の様子を振り返りましょう。

はしの正しい持ち方



姿勢よく すわりましょう！

猫背になったり、足を組んだりするのは、行儀が悪だけでなく、胃や腸がつぶれた状態になり食べものの消化が悪くなってしまいます。よい姿勢で食べましょう！

<p>あいさつを しっかりしましょう！</p>	<p>口を閉じて食べましょう！ お話しするときは飲みこんでから！</p>	<p>食器を持って食べましょう！</p>
<p>「いただきます」 「ごちそうさま」</p>		

給食のやくそく

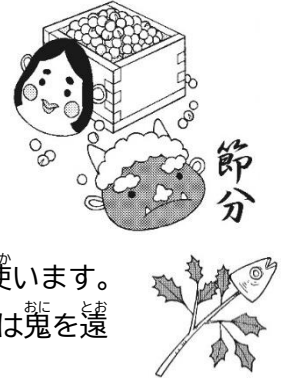
<p>給食の時間になったら、 よく手を洗いましょう！</p>	<p>食べ物を取りあつかうので きちんとマスクをしましょう！</p>	<p>歯みがきをしっかりと しましょう！</p>

2月の献立を紹介します♪

○2月3日 「節分給食」

いわしの蒲焼き、福豆を提供します。

節分の日は、その年の恵方に向けて食べる恵方巻や、年の数だけ福豆を食べる風習があります。福豆には鬼を払い、厄を除ける願いが込められています。大豆を炒って福豆としますが、これは撒いた豆から芽がでないようにするためです。“あり得ないことが起こる”という意味で「炒り豆に花が咲く」ということわざがあります。方が一にも厄が降りかからないように福豆にはよく炒った豆を使います。また、いわしも節分の食べ物として知られています。いわしを焼くときにでる煙は鬼を遠ざけるといふ言い伝えがあります。



○2月14日 「バレンタイン給食」

日本でバレンタインというとチョコレートの贈り物を思い浮かべますね。バレンタインデーにチョコレートを贈るのは日本特有の文化です。バレンタイン文化のはじまりには諸説ありますが、およそ70年前に始まったと言われています。日本のバレンタイン文化にちなんで、14日はココア揚げパンとチョコプリンを提供します。海外ではチョコレートだけでなくメッセージカードや花束など思い思いの贈り物をするそうですよ。



○2月20日 「青森県の郷土料理給食」

青森県の特産といえりんごにホタテですね。他にもごぼうやにんにくは生産量日本一を誇っています。青森県のホタテの多くは陸奥湾で養殖されています。青森県の独特な地形がおいしいホタテが育つ環境に適しているそうです。20日はホタテをたくさん使った炊き込みご飯を提供します。また、南部せんべいを使用したせんべい汁も提供します。南部せんべいは青森県八戸地域発祥のせんべいです。汁ものに入れる以外にも、そのまま食べたり、水あめや赤飯をはさんで食べることもあるそうですよ。



○2月27日 「新潟県の郷土料理給食」

27日に提供するタレカツ丼が誕生したのは昭和初期ころと言われています。江戸時代から新潟の港町は栄えており、洋食文化の定着も早かった地域です。そんな新潟で西洋から伝わったカツレツを醤油だれにくぐらせてご飯にのせて提供したのが始まりとされています。瞬く間に人気となり、新潟名物となったそうです。

