

2月 給食だより

令和7年1月29日
千葉市立金沢小学校

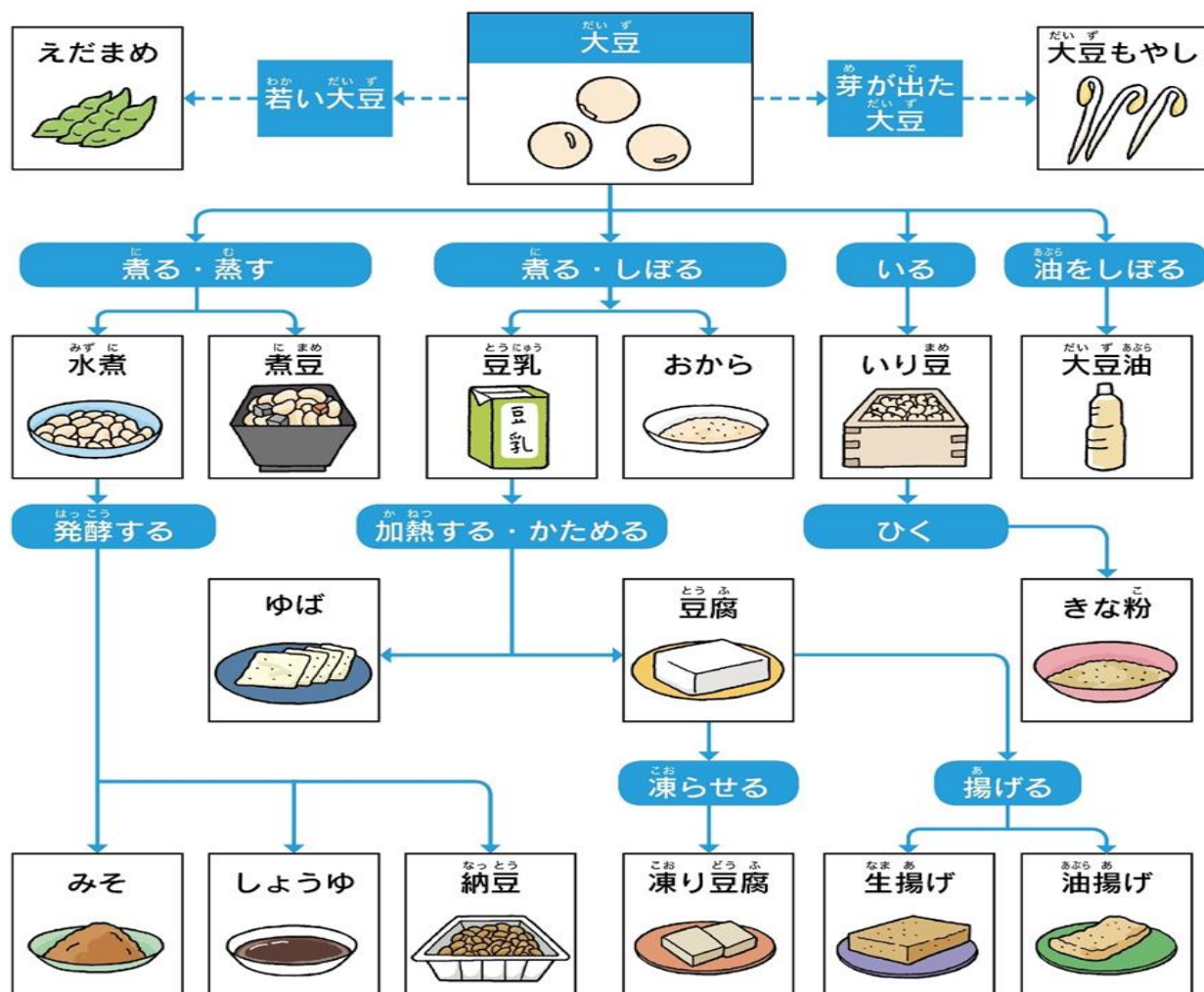
暦の上では春を迎えますが、まだまだ寒い日が続きます。かぜやインフルエンザなどの感染症にも注意が必要です。栄養バランスの良い食事や手洗い・うがいを心がけて、元気に過ごせるようにしましょう。

今年は2月2日が節分です

今年は2月3日が立春のため、2月2日が節分となります。もともと節分とは、季節の変わる節目の立春、立夏、立秋、立冬の前日のことをいいます。しかし、今では、立春の前日のみを節分と呼ぶようになっています。

節分には、豆をまくことで鬼に見立てた災いや病気などの邪気を追い払い、福を呼び込みます。他にも、鬼を追いかけておまじないとして、ひいらぎの枝に焼いたいわしの頭を刺したものを門や家の軒下に飾ります。豆まきをして、1年間の無病息災を祈り、福を呼び込みましょう。

姿をかえる大豆
大豆は、加工されているいろいろな食品へと姿をかえています。



給食委員会の活動「しあわせにんじん」を実施しました

1月17日に、今年度2回目の「しあわせにんじん」を実施しました。今回は、トックススープの中にハート型に型抜
 きた「しあわせにんじん」を入れました。しあわせにんじんを見つけた児童は、嬉しそうに担任の先生に報告して
 いました。中には、6月の1回目と今回の2回連続
 でしあわせにんじんが入っていたという幸運の持
 ち主もいました。来年度も実施する予定ですので、
 楽しみにしててくださいね。



～給食のレシピを紹介します～

「白菜と小松菜のナムル」

<材料(約4人分)>

人参 35g(3cm程度)
 小松菜 40g(1株程度)
 白菜 160g(3枚程度)
 おろしにんにく 約1cm
 中華だし(粉末) 小さじ1/3
 塩こしょう 少々
 さとう 小さじ1
 しょうゆ 大さじ1/2
 ごま油 大さじ1/2
 白いりごま 小さじ1

<作り方>

1. 人参は千切り、小松菜は2cm、白菜は1cmのざく切りにする。
2. 1の野菜を茹でて、冷ます。よく水気を切っておく。
3. 調味料を合わせる。
4. 2の野菜、3の調味料、白ごまを和える。

給食でも人気の和え物の一つです。

もやしやキャベツ、ほうれん草など他の野菜でも代用できます。

良かったらご家庭でもお試しください。

第8期(1月分)の学校費の引き落としは2月25日(火)です。

前日までに口座残高の確認をお願いします。

引き落としができない場合は、3月17日(月)に再振替を行います。

給食で使用した主な食材の産地(1月7日～1月24日)

種類	産地	種類	産地	種類	産地
牛乳	千葉市	たまねぎ	北海道	長ねぎ	千葉県、茨城県、群馬県
米	千葉県	じゃがいも	北海道		
パン	北海道、埼玉県、群馬県、茨城県、千葉県	さつまいも	千葉県	キャベツ	愛知県
		にんじん	千葉県	りんご	青森県
		こまつな	千葉県、茨城県	みかん	静岡県
豚肉	千葉県	だいこん	千葉県	いよかん	愛媛県
鶏肉	千葉県	はくさい	茨城県	ぽんかん	愛媛県