

給食だより 2がっ 月

令和6年1月31日
練馬区立北町小学校

まもなく暦の上では春を迎えますが、まだまだ寒い日が続きます。
寒い中で育ち収穫された野菜は、味が濃く栄養もたくさん含まれています。
寒い海を泳いだ魚は、脂がのりおいしい時期です。

ぜひ旬の食材をたくさん味わい、かぜやインフルエンザに負けない体を作ってください。食事前の手洗いうがいをしっかりとるよう、ご家庭でも声かけをお願いいたします。

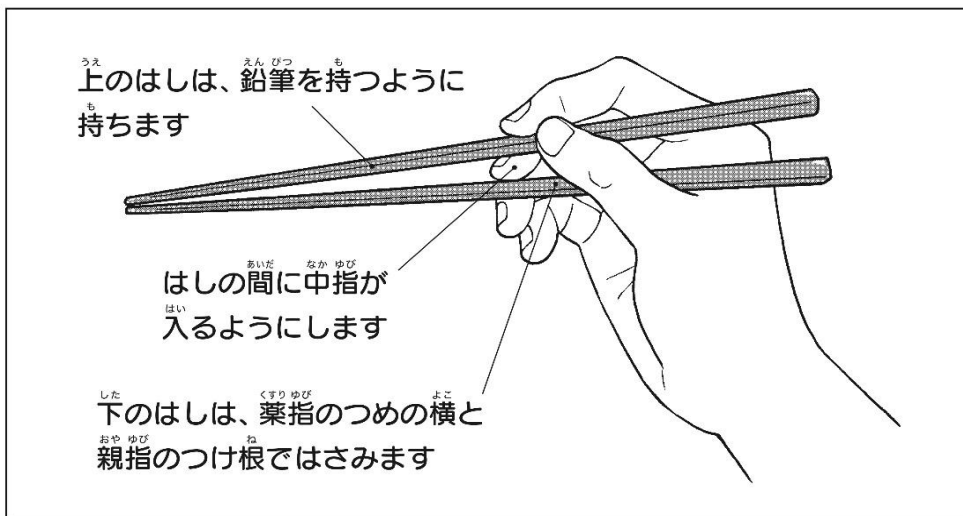


『早ね 早起 あさごはん』
シンボルマーク

はしを使って美しく食べよう

はしは、わたしたち日本人の食事の道具として欠かすことができません。はしは、食べ物をはさんだり、切ったり、混ぜたりとさまざまな動作をすることができます。はしを正しく持って使うと、料理が食べやすくなり、所作が美しくなります。日本のはし文化を守るためにも、美しいはしづかいをしましょう。

はしの正しい持ち方



ちょっとまって！それは給食マナー違反！

次のようなことはマナー違反なので、やめましょう



しよくじちゆう はな
食事中にふさわしくないことを話す



しよくじちゆう かって せき た
食事中に勝手に席を立つ



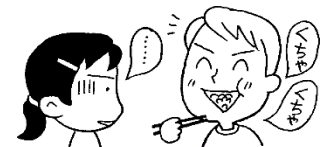
た
ふざけながら食べる



はやく きようそう
早食い競争をする



しよっき おと た
食器の音を立てる



くち た もの はい はな
口に食べ物が入ったまま話す

今月の旬の食材

- ・ブロッコリー
- ・大根
- ・小松菜
- ・白菜
- ・にら
- ・長葱
- ・ほっけ
- ・柑橘類
- ・いちご

今月の献立より

★ 節分

- ・2日(金) 元気豆・・・節分に合わせて、大豆を使用した献立にしました。
大豆とじゃこをカリッと揚げ、甘辛いタレに絡ませます。

節分

節分は、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日のことでしたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。節分にいり豆を年の数や年にひとつ足した数を食べると1年を元気にすごすことができるといわれています。豆まきや、柊の枝に焼いたいわしの頭をさした「やいかがし」には、鬼（病気や災い）を追いはらうという意味があります。



★6年生が外国語の授業で世界の料理について調べました。

その中から選ばれた料理を給食で提供いたします。（栄養価等を考慮し、材料を一部変更しています。）

- ・7日(水) ピザトースト・フライドポテト（アメリカ）・ポトフ（フランス）
- ・13日(火) ハンバーグのトマトソースがけ（アメリカ）
- ・14日(水) チキンピラフ（フランス）・ロヒケイト（フィンランド）
- ・19日(月) チーズタッカルビ・トックスープ（韓国）
- ・27日(火) ナン&インドカレー（インド）

学校給食費の納入にご協力お願いいたします。

今月の引き落とし日は 2月15日(木) です。

※今年度最後の引き落としになります。

※前日までに残高のご確認をよろしくお願いいたします。

※詳細は後日配布される手紙にてご確認ください。

※返金は、保護者から、栄養士又は事務担当者へ「給食停止」の申請があった場合のみ返金対応いたします。

※食材手配の都合上、栄養士（事務担当者）が申請を受理後4日目が返金対象となります。（土日は含めず）