

2月の給食だより



「早寝早起き朝ごはん」運動

寒い日が続いています。先週降った雪がまだ溶けずに、校庭に残っています。

今のような寒い時は温かい物を朝ご飯に取り入れると、体がぽかぽかして、元気に登校できます。体温が上がると免疫力もアップするそうです。現在、インフルエンザが流行中ですが、手洗い、うがい、バランスのとれた食事をしっかりして元気に過ごしましょう。

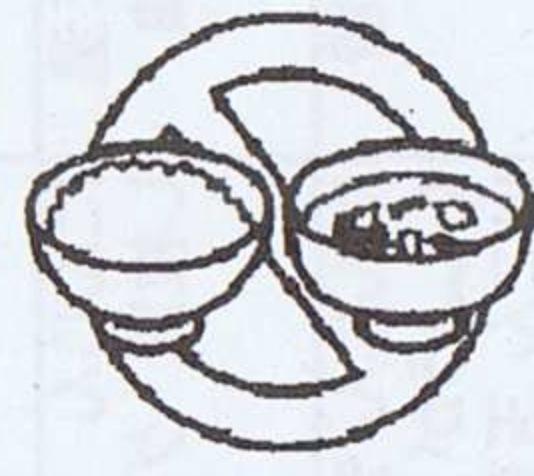
食事のマナー、守っていますか？

★マナーを守っていると一緒に食べている人も、気持ちよく食事ができます。



マナー違反に要注意!

次のようなことをしている人はいませんか？
自分やまわりの人とチェックしてみましょう。



<p>口に食べ物が入ったままおしゃべりする</p>	<p>がちがちと食器の音を立てる</p>	<p>ひじをついて食べる</p>
<p>まわりの人とふざける</p>	<p>食事中に席を立つ</p>	<p>食事中にふざけくさい話をする</p>

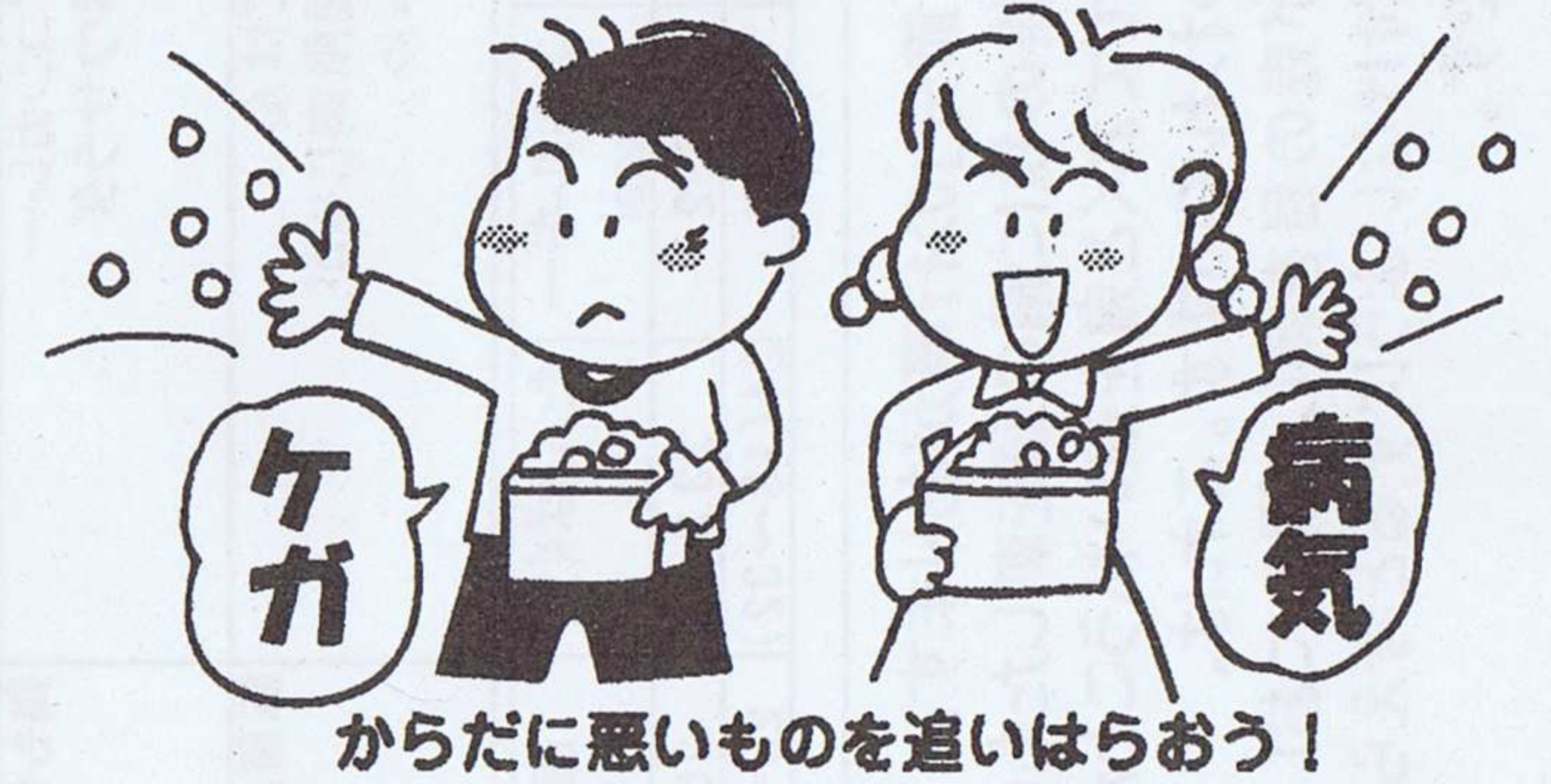
鬼は～外、福は～内!

2月3日は節分です。

もともと、節分とは季節の変わり目の立春、立夏、立秋、立冬の前日のことでした。しかし、今では立春の前日のことを節分といっています。

節分には豆をまきますが、場所によっては、落花生をまくようです。

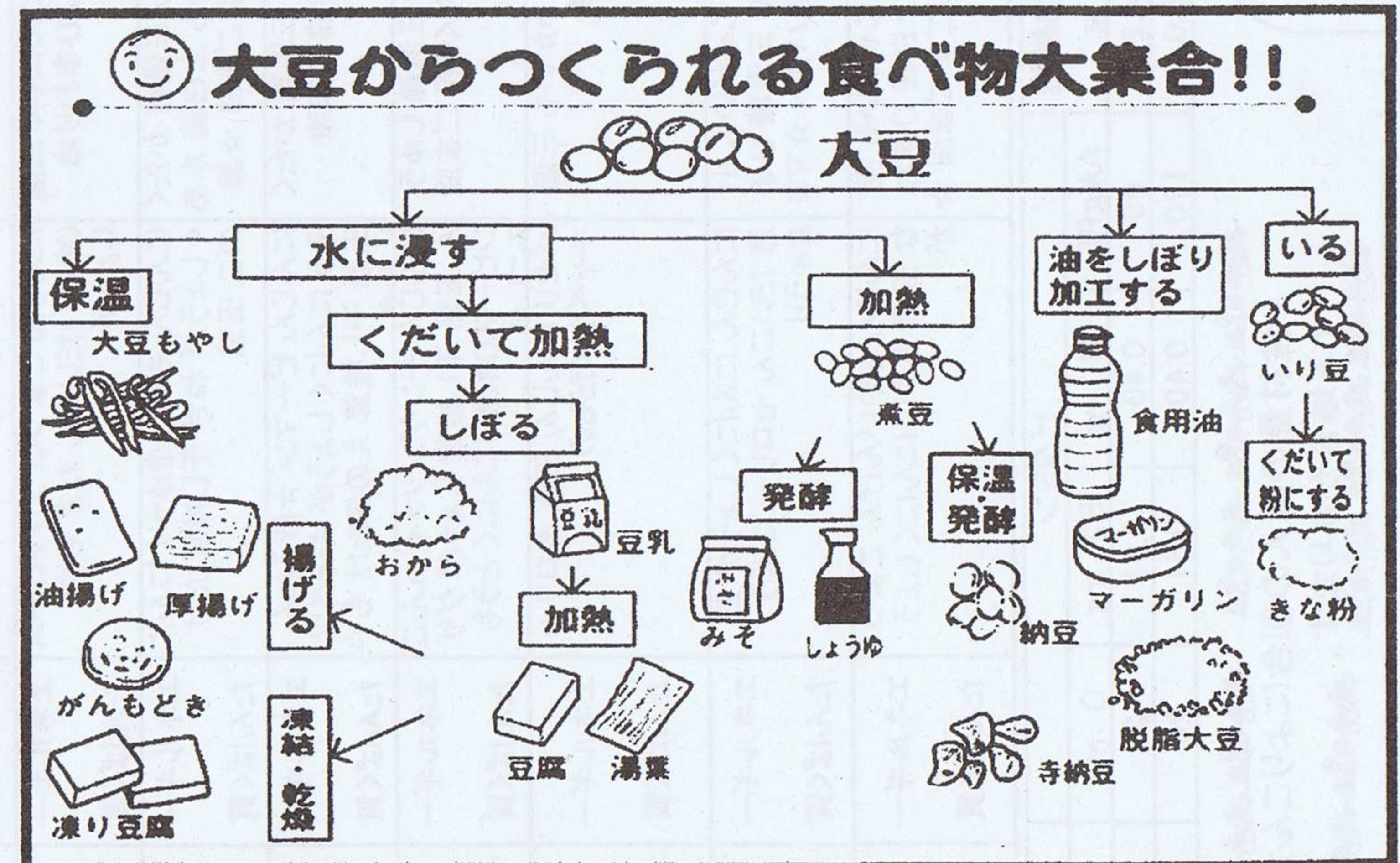
大豆で豆まきをするときには、火を入れた豆を使います。まいた豆から芽がでて来るのは縁起が悪いといわれているからです。



からだに悪いものを追いはらおう!

節分にまくことが多い大豆からできる物を紹介します。

大豆からはたくさんのもので作られています。



*イラストは「たよりになるね! 食育ブック② (少年写真新聞社)」より

給食費のお知らせ

給食費の引き落としは先月で終了しました。
ご協力いただき、ありがとうございました。