

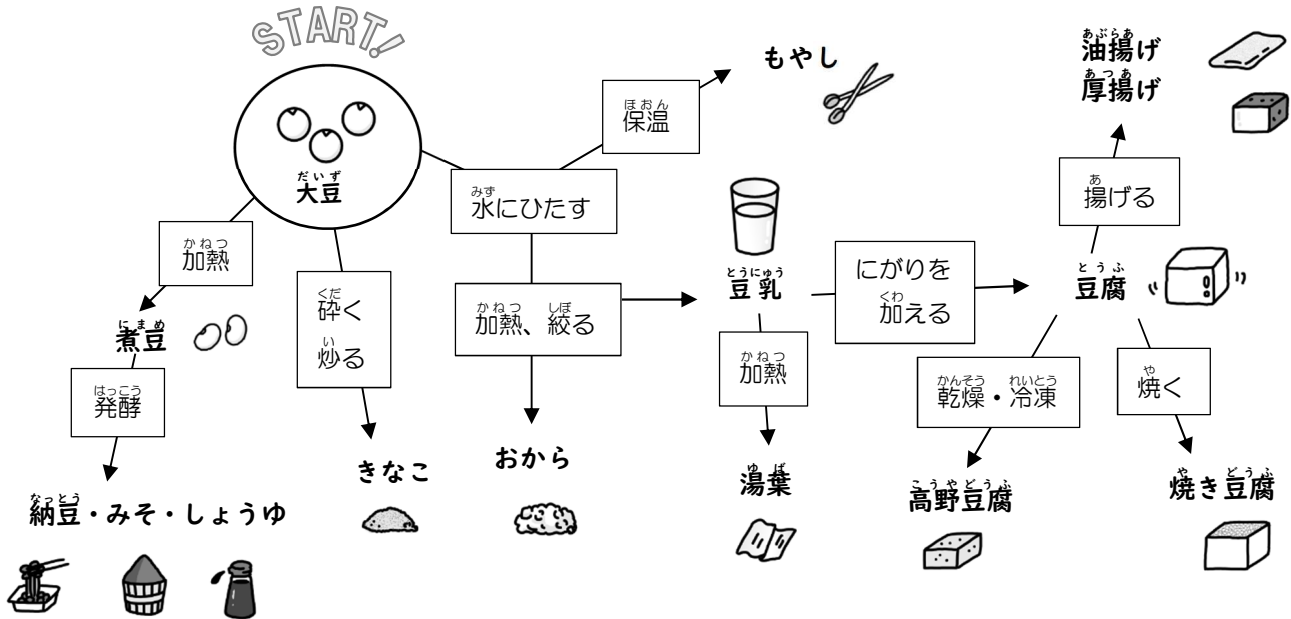
# 2月給食たより



令和3年1月28日  
練馬区立大泉学園小学校  
校長 加賀田 真理

## ★大豆のパワー★

大豆は「畑の肉」といわれるほど、みなさんの筋肉や皮膚を作るたんぱく質が豊富です。また、脂質や食物繊維、ビタミン類など他の栄養素も多くふくむため、バランスのとれた食材です。実はこの大豆、いろいろな食べ物に変化することを知っていますか？和食には欠かすことのできない大豆の変化を見てみましょう！



## 2月の食育クイズ

春の七草の中では「すずしろ」という名前。冬の寒さで甘みがぐっと増す野菜はどれ？

- ① にんじん
- ② だいこん
- ③ かぶ

2月といえば節分。節分に鬼を追いはらうために、作る飾りがあります。いわしの頭とある植物の枝を使って作る飾りですが、何の枝でしょうか。

- ① さくら
- ② ヒラギ
- ③ ふじ

クイズの答え：②だいこん  
薬にも多く栄養素をふくむ野菜です。

クイズの答え：②ヒラギ  
ヒラギの葉は固くて枝にはトゲがあり、邪気をはらってくれるものとされています。

### 保護者の皆様へ

#### ～給食費についてのお知らせ～

2月の引き落とし日は2月25日(木)です。  
ご協力よろしくお願いたします。  
※前日までにご入金願います。

### 12月生乳産地実績

東京都・群馬県・岩手県  
青森県・宮城県・秋田県  
北海道

### 2月生乳産地予定

東京都・群馬県・岩手県  
青森県・宮城県・秋田県  
北海道・山梨県