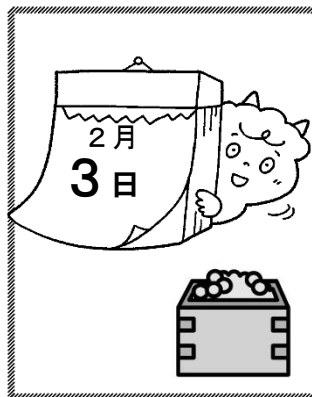


2月給食だより

にいざしりつけだしょうがっこう
新座市立池田小学校

季節の行事「節分」

2月3日は「節分」です。節分という言葉には「季節を分ける」という意味があります。各季節の始まり(立春、立夏、立秋、立冬)の前日のことを指しますが、その中でも春の節分は、新年の始まりでもあることから大切にされてきました。節分の日には豆まきをしたり、いわしの頭を柊の枝に刺して玄関に飾ったりします。



どうして節分に豆をまくの？

五穀のうちの一つで重要な穀物である豆には、昔から霊力があると信じられていました。そのため、災いや病気などの目に見えないものを鬼という形にあらわして豆をまき、邪気を追いはらって福を呼び込んだそうです。節分の日には、ご家庭で豆まきをしたり、いり豆を食べたりしてみませんか？

★給食でも節分献立を作ります。カリッと揚げた大豆が入った「節分ごはん」、鬼に家に入れないために飾るいわしをおいしく調理した、「いわしののりごまフライ」、かわいかまぼこが入った「鬼退治のすまし汁」。楽しみにしててください。

給食週間の取組紹介



みんなのギャラリー



給食室前の掲示板

おいしそうな給食のイラストや楽しい一言、川柳など、素敵な作品ばかりでした。皆さんの「給食楽しみ！」な気持ちに添えて、これからも安全でおいしい給食づくりをがんばります。

2月の給食紹介

2月4日は立春。暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が多い2月。給食は、温かい汁物がつく日を多くしました。また、学習との関連では6年生コラボを2種類取り入れました。しっかり食べて元気に過ごしてほしいです。

6年生が考えた献立(家庭科)

家庭科の授業で献立の立て方について学習したことを生かして、給食の献立を募集しました。その中から8献立を、2~3月の給食で提供予定です。2月はまず5献立。今まで給食で作ったことがない料理もあります。イメージ通りの給食を作れるように、献立を考えた児童に確認しながら準備をしました。おいしく食べてもらえたらうれしいです。

日本とつながりの深い国々(社会科)

6年生の社会科、日本とつながりの深い国々についての学習では、4つの国が登場します。そのうち2つの国、大韓民国、アメリカ合衆国の料理を給食で提供します。

給食レシピ

ゴマドレチキンサラダ 4人分

食品名	分量	目安量・下処理・説明
鶏むね肉	80g	せん切り
塩	少々	下味
こしょう	少々	下味
ぶどう酒 白	3g	下味
キャベツ	160g	短冊
きゅうり	60g	小口
にんじん	40g	せん切り
油	10g	小さじ2・1/2
酢	9g	小さじ1・4/5
三温糖	1.2g	小さじ1/3強
塩	0.8g	
こしょう	少々	
しょうゆ	8.6g	小さじ1・2/5
白ごま	10g	すって煎る

※分量は、廃棄部分を含まない、正味重量です。

〇作り方

- 1) 鶏肉に塩・こしょう・ぶどう酒で下味をつける。
- 2) 野菜を切り、ゆでて冷ましておく。
- 3) ドレッシングの材料を合わせておく。
- 4) 下味をつけた鶏肉を蒸し、冷ましておく。
- 5) 野菜とドレッシングを和えて器に盛り、上に鶏肉をのせる。

野菜が苦手な人も、おいしいお肉と一緒にがんばってみましょう。

