

# もいもい

～食育だより～

2月号 海道小学校 2023

保護者の方と読んでくださいね

毎月19日は  
食育の日!!

冬休みが終わり、生活のリズムが少しずつ戻ってきましたね。厳しい寒さが続き、コロナウイルスやインフルエンザが猛威をふるっています。健康な毎日を過ごすためにも、正しい食習慣・運動習慣を身につけるようにしましょう。



## 給食週間の献立



23日 もいもい献立



24日 アメリカ献立



25日 みやこランチ



1月23日（月）～27日（金）にかけて校内給食週間を実施しました。多種多様な献立が登場しました。「給食週間の献立が楽しみ♪」という声が、たくさんありました。

27日 ドイツ献立



26日 ちゅうか献立



### <2月2日（木）初午の日献立>

2月5日（日）は、2023年の初午の日です。2月の初午の日に稲荷大神が稲荷山におりたゆかりの日に、五穀豊穡を願い、稲荷神社をまいり、赤飯や、油あげ、いなりすし、団子などを供えて祭ります。栃木県は、しもつかれを初午の日に作り稲荷神社に供えます。しもつかれは、鮭と大豆、根菜、酒粕を煮込んだ栃木県の郷土料理です。



しもつかれ



せつぶん

ひ

## 節分の日



がつみっ か せつぶん ひ せつぶん  
2月3日は、節分の日です。節分と  
りっしゅん ぜんじつ い  
は、立春の前日を言います。

せつぶん まめ  
節分といえば、豆まきですね。

「鬼は外、福はうち」と豆まきをする  
おに そと ふうく まめ  
と、悪い鬼を追いはらえ、来る年の福  
わる おに お く とし ふうく  
をよぶそうです。使う豆は、落花生や  
つか まめ らっかせい  
大豆などがあります。

この豆を、自分の年の数だけ（もし  
まめ じぶん とし かす  
くは、年の数より1個多い数）食べる  
とし かす こ おお かす た  
と、1年間、健康に過ごせると言われ  
ねんかん けんこう す い  
ています。

給食では、2月3日（金）に節分  
きゅうしょく こんだて じっし  
の日献立を実施しました。



福



ことし え ほう なんなんとう  
今年の恵方は 南南東

えほうまき おおさかはっしょう ふうしゅう  
恵方巻は、大阪発祥の風習と  
い げんざい せつぶん  
言われています。現在では「節分  
よる え ほう む ねが こと  
の夜に、恵方に向かって願い事を  
おも う まる  
思い浮かべながら丸かじりし、  
ことば はっ さいご いっき  
言葉を発せずに最後まで一気に  
た ねが  
食べきると願い  
こと かな  
事が叶う」とさ  
れています。



ねん くみさくせいこんだて  
<6年1組作成献立>

2月～3月にかけて、計6回6年1組  
さくせいこんだて じっし  
作成献立を実施します。2月は、

- ① 7日（火）3班
- ② 16日（木）4班
- ③ 20日（月）2班
- ④ 21日（火）6班



こんだて たの  
の献立です。お楽しみに！

こんだて  
<2月14日（火）バレンタインの日献立>

2月14日（火）は、バレンタインデーです。  
たいせつ おく もの  
大切な人に贈り物をして、その気持ちを伝える日  
とされています。

給食室から、愛をこめて  
きゅうしょくしつ あい  
「ハートマカロニのクリーム煮」  
「キャベツのスープ  
（ハートなると入り）」  
「チョコクレープ」がでる  
ハートがいっぱいの献立です。



<2月22日（水）  
そうりつきねん び いわ こんだて  
創立記念日お祝い献立>

2月22日（水）は、海道小  
学校の38周年創立記念日  
しゅう そうりつきねん  
です。スペシャルな料理がた  
くさんでます。お楽しみに。

祝

38

