



# 食育だより



第8号 平成31年2月27日発行 豊郷北小学校

暦の上では春を迎えましたが、まだまだ寒い日が続いています。みなさんは「三寒四温」という言葉を知っていますか？三寒四温とは冬に3日間くらい寒い日が続き、その後に4日間くらい暖かい日が続くことをいいます。この現象が繰り返されると暖かくなるといわれています。寒い冬が終わるとやがて春が訪れます。残りの寒い季節も温かいものを食べるなどして楽しみながら、春を待ちましょう！

## 給食週間の取組

### 食事のマナーを学ぼうメニュー

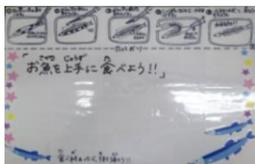
【メニュー】麦入りごはん・牛乳・さんまの塩焼き  
大豆とじゃこの甘辛炒め・みそ汁



さんまの骨の取り方が書いてあるランチョンマットを用意しました！



ランチョンマットのさんまの骨の取り方を見ながら、上手に外していました。またお箸の持ち方がきちんとできる児童が増えました。



是非！お家の人と魚を食べて骨の取り方をやってみよう！！



## 担任の先生による読み聞かせの実施



この本を読んで児童から・・・嫌いな食べ物でもひと口は食べてみる！嫌いだけど給食では頑張ってるよ！などの感想がありました。



## 栃木県の郷土料理

給食では、一足先に初午の日に食べる「しもつかれ」を提供しました。給食のしもつかれはマスの頭ではなく、食べやすいようにマスの切り身を使用しました。



給食の時間に保健給食委員による「しもつかれ」の紙芝居をテレビ放送で流しました。



大豆をよく炒って香ばしくしました。



マスの切り身をオーブンで焼き、骨を取りながらほくしました。



「しもつかれ」をたくさん食べて病気知らず！！  
初午の日に「しもつかれ」を家族の健康と農作物の豊作を願って、お赤飯と一緒に神社に供えます。また「7軒の家のしもつかれを食べると病気にならない」と言われています。

## 1月分学校給食野菜 産地報告

北海道	たまねぎ	じゃがいも	長野県	えのき
茨城県	にんじん		愛知県	キャベツ セロリ
千葉県	にんじん	かぶ	栃木県	にんじん しいたけ
	キャベツ		宇都宮	もやし
神奈川県	キャベツ			

お問合せは学校、または栄養士 南木まで御連絡ください。

地産地消 野菜 ねぎ・はくさい・だいこん

## 給食食材の放射性物質検査結果

栃木県で収穫された「はくさい」を検査に提出しました。検査結果は、放射性ヨウ素・放射性セシウムともに不検出でした。

