



2月食育だより



上尾市立尾山台小学校
令和7年1月31日発行



まだまだ寒い日が続きますが、暦の上では2月3日は立春で春の始まりです。校庭の木々のつぼみも少しずつ膨らみ始め春の訪れを感じられるようになってきました。

昨年からのお米や食品の値上げ、さらに野菜の高騰までもが重なり給食の食材全般が値上げとなっている現状です。そのような中、補助金を充て美味しい給食を提供しています。

このような時こそ、改めて植物や動物から命をいただいた上に私たちの食生活が成り立っていることを意識して、感謝の気持ちをもって食事をしましょう。



2月といえば、豆をまいて鬼を追い払う節分の行事があります。節分は季節を分ける日という意味で、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことを指します。年に4回ありますが、昔の人は立春を1年の始まりと考えていたため、その前日の節分が特別な行事として現代に伝わっています。

豆が使われるのは、「魔滅（鬼をほろぼす）」につながるという説や、いった大豆が「豆をいれる＝魔目（鬼の目）を射る」につながるなどの説があります。豆まきの後には、自分の年齢の数、または年齢+1個の豆を食べて健康を願う風習もあります。豆まきには大豆のほか、落花生を使う地域もあります。

給食では、翌日3日に大豆入り五目ごはん、いわしフライの献立を提供します。残さず食べて健康を願いましょう。

昨年12月に給食川柳コンテストの作品を『健康・栄養部門』、『給食の思い部門』、『感謝部門』の3部門で募集しました。

みなさんの力作の応募、ありがとうございました。

選考の結果、優秀作品は校内の中央昇降口に掲示し、さくら連絡網でも配信いたしました。どうぞご覧ください。



リクエスト献立を実施します



2月4日（火）と26日（水）の両日に、6年生が家庭科の授業で学習した『1日分の献立を考えよう』を生かして作成した、給食1日分の献立を実施します。

1回目の4日は『ご飯、鶏肉のから揚げ、春雨のピリ辛炒め、味噌汁』です。2回目の26日は『きなこ揚げパン、乳酸菌飲料（ストロベリー）、クリームシチュー、じゃこと青菜の炒め物』です。栄養バランスを考えながら人気メニューを組み合わせました。どうぞ、お楽しみに。