

食育だより



令和7年
2月号

大田区立中萩中小学校
校長 石川貴美子

目標：よくかんで食べよう

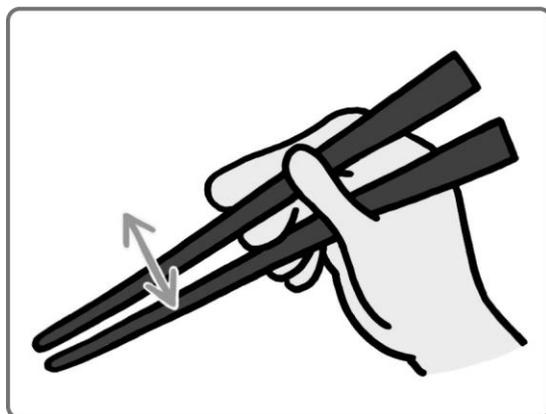
節分の翌日は立春です。暦の上では春になりますが、まだまだ寒さは厳しい時季です。インフルエンザやノロウイルスによる胃腸炎など、この時期に流行しやすい病気の予防には手洗い・うがいを忘れずに、たっぷりすいみんをとって栄養バランスのとれた食事を食べることが大切です。

はしを正しく持とう

はしをきちんと持って、使えるようにしましょう

正しいはしの持ち方

- 長さは手のひらより少し長いものを選び、真ん中より上の方を持つ。
- 上のはしを中指と人差し指でえんぴつのように持つ。
- 下のはしは親指の根元と薬指の爪の横にのせる。
- 上のはしだけを動かし、下は動かさない。



おおたく学校給食大作戦

おおたくの学校給食 キャッチフレーズ

お 大田区うまれの「あげパン」
お 大森の「のり」
た 「たこぺったん」を食べよう
く 食いしん坊 はねぴょん

大田区の学校給食について、児童・生徒や教職員、保護者、地域住民等の理解と関心を高め、学校給食の充実と発展を図ることを目的として、毎年1月24日から2月6日の期間は「大田区学校給食週間」と制定されました。

今月の給食

<大田区学校給食週間・節分>

2月2日は節分です。節分には、「一年間健康に過ごせますように」という願いを込めて「悪いもの」を追い出す行事です。豆をまき、邪気を払います。いわしの強いニオイが悪いものを近寄せないとされて、いわしを焼いたり、いわしの頭を玄関に飾ったりしていました。2月2日は日曜日のため、3日に節分給食を提供します。いわしのかば焼き丼、牛乳、みそけんちん汁、福豆です。福豆は炒り大豆に給食室で薄く砂糖衣をつけます。

<大田区学校給食週間・揚げパン>

4日は大田区うまれの「あげパン」を食べます。あげパンコンテストで中萩中小学校で1位になったきなこ味です。「あげパン」は昭和27年頃、大田区立嶺町小学校の調理師さんが休んだこどものために、残ったパンを油で揚げて砂糖をまぶしたのを作ったのが始まりです。今はそのまま食べても美味しいパンですが、食べ物を大切にすることは忘れないでほしいです。

<大田区学校給食週間・ソフト麺>

1960年代学校給食の主食のメニューはパンのみで、当時の給食用パンは美味しくありませんでした。主食用の小麦粉をこどもたちが美味しく食べられるようにと考えられ、うまれた「ソフト麺」です。うどんの汁をかけるとうどんのように食べることができ、ミートソースをかけるとスパゲティのように食べられる「ソフト麺」はこどもたちに人気のメニューでした。5日の給食では、ミートソースをかけてスパゲティのように食べます。

<大田区学校給食週間・海苔の日>

大田区大森で江戸時代中期から始められた海苔の養殖は昭和38年春に長い歴史に幕を閉じました。大森は海苔問屋が多く残り、全国に販売する海苔流通の要となっています。大田区の歴史に触れる機会として、2月6日の「海苔の日」に給食で海苔を使った献立を提供することになりました。当日は給食室で作った海苔の佃煮と、刻みのを野菜に和えた磯和えを食べます。

<本と給食のコラボ>

第9回(18日)は、高森美由紀作「ふたりのえびす」に出てくるせんべい汁を食べます。せんべい汁は青森県八戸市の郷土料理です。

<6年生リクエストメニュー>

6年生のみなさんにもう一度食べたい中萩中小学校の給食メニューのリクエストをとりました。可能な限り、2月と3月の給食に取り入れました。献立表に6年生がリクエストしたメニューには★印をつけました