

2月 給食豆知識

金山小学校

<p>3日 節分こんだて <small>ことし がつ か せつぶん</small> 今年は2月2日が節分です。 <small>ふくまめ おに にがて た</small> 福豆、鬼の苦手ないわしを食 <small>べて、ねん じゃき はら はる</small> べて、1年の邪気を払い、春 <small>よ こ</small> を呼び込みましょう。</p>	<p>4日 豚のしょうが焼き <small>なか にんき</small> リクエストメニューの中で人気 <small>ぶた や</small> のあった豚のしょうが焼きで <small>からだ あたは たら</small> す。しょうがは体を温める働 <small>さむ ひ</small> きもあるため、寒い日にピツタ リですね。</p>	<p>5日 ぎょうざ <small>にほん や おお</small> 日本では焼きぎょうざが多く <small>ほんば ちゅうごく</small> みられますが、本場の中国で <small>すい む</small> は、水ぎょうざや蒸しぎょうざ <small>いっぽんてき</small> が一般的です。</p>	<p>6日 かみかみこんだて <small>なか</small> リクエストメニューの中で、1 <small>ばんにんき</small> 番人気だったパリパリサラダで <small>きょう あじ</small> す。今日もよくかんで味わっ <small>た</small> て食べてください。</p>	<p>7日 給食なし</p> 
<p>10日 ハンバーグ <small>きゅうしやく もめん</small> 給食のハンバーグには、木綿 <small>どうふ つか</small> 豆腐も使われ、たんぱく質や <small>えいよう きょうか</small> カルシウムの栄養が強化され ます。</p>	<p>11日</p> 	<p>12日 キーマカレー <small>なか</small> リクエストメニューの中でキー <small>にんき</small> マカレーも人気の1つでした。 ナンにキーマカレーをつけて 食べてみましょう。</p>	<p>13日 ガパオライス <small>にほんご</small> タイのガパオは日本語でバジ <small>とり ぶた</small> ルのことです。鶏や豚のひき <small>にく いた</small> 肉、パプリカ、バジルを炒め、 ごはんのにのせて食べます。</p>	<p>14日 豚汁 <small>なか とんじる</small> リクエストメニューの中で豚汁 <small>にんき とんじる やさい</small> も人気でした。豚汁は、野菜 <small>げんえん</small> もたくさんとれて、減塩にもつ ながります。</p>
<p>17日 ミネストローネ <small>かていりょうり</small> イタリアの家庭料理の1つで <small>やさい つか</small> す。野菜をたっぷり使うそうで <small>きょう つか</small> す。今日はトマトジュースを使 <small>やさい にこ</small> い野菜を煮込みました。</p>	<p>18日 ワンタンスープ リクエストメニューでもワンタン <small>にんき</small> スープは人気でした。ワンタン <small>しよつかん たの</small> のつるつとした食感を楽しめる スープです。</p>	<p>19日 たまねぎ ミートソースにはたまねぎがた <small>つか ひろう</small> くさん使われています。疲労 <small>かいふく めんえきりよく こうか</small> 回復や免疫力アップの効果 <small>きたい</small> が期待できます。</p>	<p>20日 かみかみこんだて <small>からだ よ</small> よくかむと体に良いことがたく <small>ぐざい おお</small> さんです。具材が大きいおで <small>ころも</small> んの具、うずらの卵に気をつ <small>き</small> けよくかんで食べましょう。</p>	<p>21日 からあげ リクエストメニューでからあげ <small>にんき きゅうしやく</small> は人気でした。給食ではカリ <small>ころも</small> カリな衣になるようにかたくリ <small>こ つか</small> 粉を使っています。</p>
<p>24日</p> 	<p>25日 りっちゃんサラダ <small>やさい かいそう さまざま しよざい</small> 野菜や海藻など様々な食材 <small>はい</small> が入ったサラダです。かつお <small>み かん</small> ぶしのうま味も感じられるので <small>あじ た</small> 味わって食べてください。</p>	<p>26日 けんちんうどん <small>きゅうしやく や</small> 給食ではけんちんうどん野 <small>さい くふう</small> 菜もたっぷりとれるように工夫 <small>やさい にがて</small> をしています。野菜が苦手で <small>た</small> もしっかり食べてほしいです。</p>	<p>27日 みそ汁 <small>ぐざい あ しる</small> いろんな具材とも合うみそ汁 <small>にん</small> も、リクエストメニューでは人 <small>き きょう や</small> 気でした。今日はなめこと野 <small>さい しる</small> 菜のみそ汁です。</p>	<p>28日 受験応援献立こんだて <small>ころあ えんぎ よ しよく</small> 語呂合わせや縁起の良い食 <small>ざい じゆけんせい おく</small> 材で受験生にエールを送りた <small>おも や た</small> いと思います。しっかり食べて <small>がんば</small> 頑張ってください。</p>

今月は…金山小学校、横田小学校、金山中学校のみなさんからの
 リクエストメニューが登場します！楽しんで食べてほしいです！

