



2月給食だより

令和5年1月31日
調布市立第二小学校
校長 安藤 力也
栄養士 北田みちる

家庭数

今月の給食目標が『食事のマナーを身に着けよう』です。背中が丸まっていたり、ひじをついていたりする人はいませんか。お箸や食器の持ち方も見直して、正しい姿勢でおいしくいただきますよう。

よい姿勢で食べましょう

お箸の使い方に気をつけましょう。

おわんや小さい器は手に持って食べましょう。

机とおなかの間は握りこぶし一つ分あけましょう。

足の裏は床につけましょう。

口をとじて、よくかんで食べましょう。
 ✕ クチャクチャと音をさせない。
 ✕ 食べ物を口いっぱい詰め込み過ぎない。

いすに深く腰かけ、背筋を伸ばしましょう。

机にひじをつかないようにしましょう。

お皿の場所もかくにんしましょう



ごはんは左、しるものは右におくと、ごはんやしるもののおわんを手に持って食べやすくなります。お皿の場所を動かすのは、給食をもらって、席についてからにしましょう。



■ 2月の献立より

○6年生のリクエスト献立:裏の献立表の太文字のメニューです。

9日…10月のブックメニューで登場した手作りかぼちゃパンです。かぼちゃを練りこんだ生地をクランベリーを混ぜ込みます。

24日…クリームボックスは、福島県のご当地パンです。牛乳や練乳を混ぜて作ったクリームを食パンにぬって焼きます。

○3日の給食:節分献立

節分はもともと立春・立夏・立秋・立冬の前日のことで、『季節を分ける』節目となる日です。現在では、特に立春の前日のことを指し、豆まきをして鬼(邪気)をはらう行事などが行われます。この日は節分にちなんでイワシと大豆を使った献立です。

○14日の給食:バレンタイン献立

6年生からのリクエストにもあったガトーショコラを給食室で作ります。バレンタインといえばチョコレートですが、給食室で作るガトーショコラにはココアパウダーが入っています。