



# 2月給食だより



令和2年1月27日  
調布市立第二小学校  
校長 加藤 正孝  
栄養士 前田 佳香

今年もかぜが流行りだす季節となりました。予防の基本は、外から室内に入ったら必ず、石けんでしっかり手を洗い、うがいをすることです。また、食事を抜いたり寝不足だったりすると、免疫力や抵抗力が落ちて体調を崩しやすくなりますので、規則正しい生活を心がけることが肝心です。かぜをひいてしまったら、無理をせず安静にしてゆっくり体を休めましょう。

## 2月の献立

- 3日 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」節目の日です。現在では、特に立春の前日のことをさし、豆まきをして邪気を払う行事などが行われています。節分にちなんで、いわしと大豆を使った献立です。
- 14日 バレンタイン献立 バレンタインにちなんで、給食室でガトーショコラを手作りします。

## 旬の果物

- 13日 せとか 香りや食味の良い柑橘を掛け合わせた平成生まれの新品種です。トロリととろける食感、濃厚でジューシーな味わいは、まさに柑橘の大トロです！
- 18日 いちご もともとは観賞用だったいちごも、今では次々に甘くておいしい新品種が開発されています。とてもおいしい時期です。
- 27日 デコポン 不知火（しらぬい）という品種名で、糖度が13度以上、酸度1.0%以下という基準をクリアしたものを「デコポン」といいます。つまり、とても甘くておいしいです。

## ☆リクエスト献立の実施第2弾☆

先月に引き続き、今月も6年生からもらったリクエスト献立を実施します！！こんなにたくさんリクエストを頂き、給食室でも大変うれしく思っております。中には「これもリクエストにあがったんだ！」という驚きもありました。今月もよりおいしくなるように、一つ一つ丁寧に作ります♪

- |                        |                          |                          |                         |
|------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|
| ☆キャロットライス<br>クリームソースかけ | ☆おろしスパゲティ<br>☆いちご蒸しパン    | ☆コールスロー<br>☆焼肉サラダ        | ☆マカロニのクリーム煮<br>☆フルーツジュレ |
| ☆梅茶漬け<br>☆親子丼          | ☆チリコンカンドック<br>☆きな粉豆乳トースト | ☆パリパリサラダ<br>☆野菜のごまドレッシング | ☆ガトーショコラ<br>☆抹茶豆乳わらびもち  |
| ☆スタミナ丼<br>☆サッポロラーメン    | ☆じゃが丸<br>☆笹かまのチーズ焼き      | ☆五目野菜スープ<br>☆ABCマカロニスープ  | ☆カステラ<br>☆コーヒー牛乳        |
| ☆豚キムチ焼きそば              |                          | ☆えび団子入り春雨スープ             |                         |

## <給食費納入のお願い>



※次回の引き落とし日は、2月5日です。第2回目の引き落としは20日となります。2・3月分の同時引き落としがありますので、残額の確認をお願いします。

※学校給食は、保護者の方々に納入いただいた給食費で食材費を購入し、運営しています。給食費のお支払いに滞りがあると、計画の回数を行うことができなくなってしまいます。御理解、御協力のほどよろしくお願い致します。