



# 2月給食だより

令和8年1月30日  
調布市立染地小学校  
校長 八木橋小百合  
栄養士 加藤 純子

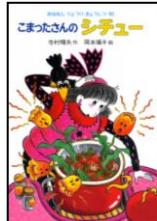
## ミラノ・コルティナオリンピック献立

2月7日(土)の早朝に開会式が行われる、ミラノ・コルティナオリンピックに合わせ、イタリアの料理を給食に取り入れました。フォカッチャは古代ローマ時代から伝わる平たいパンです。ズッパ・ディ・ペッシエは魚や貝などをトマトで煮込んだスープ料理で、今回はオーブンで蒸し煮にして作ります。バーニャカウダはイタリアの郷土料理のひとつで、アンチョビやにんにくを使ったソースを作ります。パンコッタは生クリームを主役にしたデザートです。今回はいちごを加えて仕上げます。

## 2月の読書月間 ブックメニューの紹介

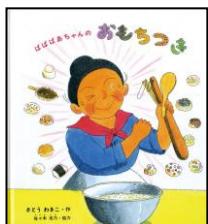
### 4日(水)こまつさんのシチュー

チキンクリームシチュー  
寺尾輝夫 作  
岡本颯子 絵  
あかね書房



### 17日(火)ほばほあちゃんのおもちつき

ごへいもち  
さとうわきこ 作  
佐々木志乃 協力  
福音館書店



### 27日(金)ねえさんといもうと

レモネードゼリー  
シャーロット・ゾロトウ 作  
マーサ・アレキサンダー 絵  
矢川澄子 訳  
福音館書店



### 12日(木)大根はエライ



おろしスパゲッティ  
久住昌之 文・絵  
福音館書店

### 25(水)忍者サノスケじいさん にくまんだいすきの巻き



てづくりにくまん  
なすだみのる 作  
あべはじめ 絵  
あかね書房

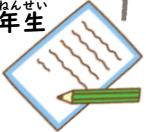
お楽しみに!  
すべて図書室で  
借りられます。



## 6年生家庭科学習献立

6年生の家庭科で一人一人が1食分の給食の献立を考える学習をしました。

その中から各クラス2名の献立を給食で実施します。始めに栄養士が、立派のポイントとして栄養のバランス、彩り、味や食感・香りの組み合わせ、調理方法等を考えるよう伝え、料理カードやiPadを用いてそれぞれ献立を考えました。思いのこもった献立が多く、食べて実施するものを選ぶ際は、調理員さんと共にかなり悩みました。6年生のイメージに沿うよう、全力で作りますので楽しみにしていてください。



## 1年の幸福を願う「節分」の行事

### 2月3日節分



立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起おこす“鬼(邪気)”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商売盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

## 節分にまつわる食べ物



福豆

大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。

大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。



## 恵方巻き

2026年の  
えほうま  
恵方は  
なんなんどう  
「南北東」



## 花粉症と食物アレルギー

花粉症の人が、花粉に構造のタンパク質を含む果物や野菜などを食べた際に、口の中や喉がイガイガしたり、かゆみを感じたりといったアレルギー症状が出ることがあります。違和感があったら食べるのをやめて、アレルギーの専門医にご相談ください。

