



# 2月給食だより



新温泉町学校給食センター Tel 0796-82-1397

## 食べ方を考えよう!

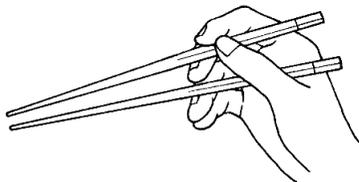
今年度も残すところあとわずかです。学校生活も1年間のまとめをする時期ですね。自分の食事の仕方についても、茶わんやはしの持ち方や食事マナーなど、一度振り返ってみましょう。

### 茶わんの正しい持ち方



親指以外の4本の指をそろえてのはし、指の腹に茶わんの糸底をのせます。親指は、茶わんのへりにかけます。

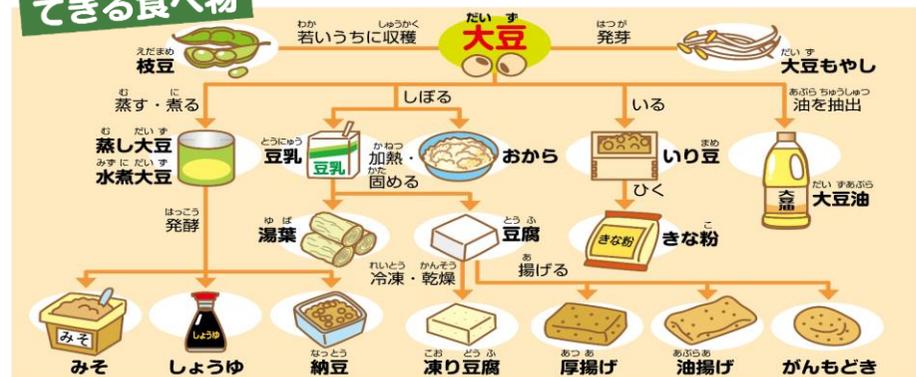
### はしの正しい持ち方



上のはしは、えんぴつを持つように持って、下のはしは、親指のつけ根を薬指の第一関節あたりで軽く持ちます。

## 節分に欠かせない大豆について

大豆は、弥生時代から栽培されていた作物で、さまざまな食品や調味料に利用され、私たちの食生活に欠かすことのできない食べ物です。植物ですが、体をつくるものになるタンパク質を豊富に含み、「畑の肉」とも呼ばれます。今月の給食には、大豆や大豆製品、豆類を多く取り入れています。



月	火	水	木	金
1 牛乳 カレーうどん 串カツ おかか和え みかんタルト 【照小 希望献立】	2 牛乳 菜めし 福豆 イワシのしょうが煮 ごま酢和え いなか汁 【節分献立】	3 牛乳 ごはん アカイカのかりん揚げ かぶのゆかり和え はちぶせ鍋 【ふるさとメニュー】	4 牛乳 ごはん 鶏肉の香草焼き れんこんサラダ ウィンナースープ 【カミカミメニュー】	5 牛乳 ごはん かれいせんべい 野菜のポン酢がけ マーボー大根 【カミカミメニュー】
8 牛乳 コッパン 鶏肉の アップルジンジャーソース チーズサラダ 白菜のシチュー	9 牛乳 ごはん のり佃煮 ししゃもフライ もやしの和え物 みそ煮込みおでん	10 牛乳 ごはん から揚げ 白菜のごま和え 冬野菜のみそ汁 チョコプリン 【東小 希望献立】	11 牛乳 建国記念の白 【カミカミメニュー】	12 牛乳 ひじきごはん サワラの三味焼き 柚香和え のっぺい汁
15 牛乳 サンマーメン 変わり大学いも アーモンド和え	16 牛乳 ごはん サバのみりん干し ハリハリ漬け 神戸ビーフのすき焼き 【県産和牛肉提供事業】	17 牛乳 ごはん 豚肉と冬野菜のみそ炒め チンゲン菜の和え物 大根の中華スープ	18 牛乳 ごはん キスの香味揚げ おからの炒り煮 スキー汁 【カミカミメニュー】	19 牛乳 ごはん 麦ごはん ビーンズカレー 白菜サラダ いよかん
22 牛乳 豆乳ロール タラの△ニエル ほうれん草のじゃこサラダ 神戸ビーフシチュー 【県産和牛肉提供事業】	23 牛乳 天皇誕生日 【カミカミメニュー】	24 牛乳 ごはん 松風焼き キャベツとハムの和え物 浜坂竹輪のすまし汁	25 牛乳 ごはん サバのみぞれがけ ふるさとわかめのきんぴら 美方郡のかす汁 【美方郡ジオメニュー】	26 牛乳 彩りごはん マカロニグラタン イタリアンサラダ ポークビーンズ
<p>節分とは、「豆まき」です。豆まきに使うのは、炒った大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な方があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口に来て、鬼の邪気をはらい、自分の年の数の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。</p>				<h3>地産地消</h3> <p>3日のアカイカは、浜坂漁業協同組合の『但馬西側部沿岸一本釣協議会』さんからいただく予定です。</p>

(※材料等の都合により献立を変更することがあります。)

学校給食費1月分の口座振替は、2月22日(月)です。残高の確認をよろしくお願いいたします。