



令和6年
はごろも学校給食センター
TEL 897-8560
FAX 897-8561

寒さがまだまだ続きますね。感染症の予防も行いながら、体調管理に気を付けていかないといけません。手洗い・うがいや、早ね、早おきに努めていきましょう。また、栄養のバランスを崩さないように、朝、昼、晩の三度の食事をしっかりと、かぜに負けない体づくりをしましょう。



こんげつ ぎょうじしょく とくべつきゅうしょく
今月の行事食・特別給食

2日(金) 節分の日(3日)献立

節分の日には、豆まきをして、邪気を払い福を呼び込むと考えられてきました。この日は、砂糖がけされた大豆を出します。また、節分の日にいただく「恵方巻」にちなんで自分でまいて作る「手まきすし」を出します。お楽しみに♪



6日(火) ターンムの日

2月6日は語呂合わせで「ターンム」の日です。主食にターンムを使った炊き込みご飯が出ます。

14日(水) バレンタインデー献立♡

チョコプリンを提供します。

15日(木) 琉球料理の日

毎月第三木曜日は、琉球料理の日です。

19日(月) 食育の日献立

毎月19日は「食育の日」です。

じばさんぶつ
今月の地場産物

地場産物って??

→地元(宜野湾市近郊、県内)でとれた食べ物のこと。新鮮でおいしいよ♪



- 小松菜
- きゅうり
- にら
- ビックリジャンボ
- セロリ
- ニンニク葉
- トマト
- もやし
- ピーマン
- きゅうり

***** 2月3日は節分です *****

節分は、「みんなが健康で幸せに過ごせますように…」

という願いをこめて、悪いものを追い出す日です。

悪いものの象徴として「鬼」が登場し、豆まきすることで、悪いものを追い払います。

また、願い事を思い浮かべながら恵方巻を食べると願い事が叶うと言われてます。今年の恵方は「東北東」です!



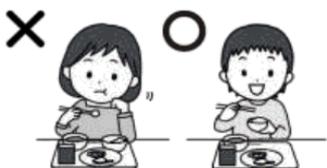
守れていますか? 食事のマナー

あと2か月で、今年度が終わろうとしています。ここで今一度、食事マナーが守れているか、チェックしてみましょう。食事マナーを守れると、自分だけでなく周りの人もおいしく、楽しく食事をすることができます。ぜひ、食事マナーを習得して、次の学年に進みましょう。

- 【口を閉じて噛む】 【お茶碗をもって食べる】 【姿勢がよい】



- 【ひじを机に立てずに食べる】 【体は前を向いている】



全部できていたかな?



SHOKUIKU 食育! クイズ 大豆クイズ

1) 節分では、「大豆」をまく地域が多いですが、他の食べ物をまく地域もあります。その食べ物は、なんでしょう?

- ① グリンピース
- ② いんげん豆
- ③ 落花生



2) 大豆から作られている食べ物はたくさんありますが、大豆を水にひたした後すりつぶして、しばった汁を加熱してできるものは、次のうちどれでしょう?

- ① 豆腐
- ② おから
- ③ 豆乳

