

きゅうしょくだより

2月

名古屋市立小幡小学校

まだまだ寒い日が続きます。春のきざしが感じられるようになるには、もう少し時間がかかりそうです。規則正しい生活を心掛け、寒さに負けない丈夫な体をつくりましょう。



2月のこんだてから

☆ 「だいすき! なごや♥めし」のひ …… 2日 (金)

ごはん・牛乳・うなぎまぶし・なばなのおかかあえ・きしめん汁



「うなぎまぶし」と「きしめん汁」は、ふるさとこんだてをかねています。
うなぎまぶし …… 名古屋めしのひつまぶしをアレンジした献立です。
きしめん汁 …… 名古屋名物のきしめんを使います。

☆ 【特別こんだて】 姉妹友好都市のひ (メキシコ市) …… 20日 (火)

プレーンロールパン・牛乳・揚げ魚のランチェラソースかけ・豆のスープ・グレープゼリー



名古屋市とメキシコ市が1978年2月に姉妹都市提携したことを記念した献立です。ランチェラソースは、メキシコでよく食べられる、唐辛子の辛みを軽くきかせたトマトソースです。

☆ みんなで食べる! なごや産のひ

6日 (火) 米粉パンは、港区・中川区でとれた米を使います。ミックスビーンズとひき肉のトマト煮には、中川区でとれたパセリを使います。



29日 (木) ごはんは、港区・中川区でとれた米を使います。すまし汁には、中川区でとれた水耕ねぎを使います。



☆ ふるさとこんだて ~ふるさと名古屋(愛知)の食べ物を知ろう~

7日 (水) えびフライ …… 名古屋で親しまれている食べ物です。

21日 (水) みそ煮 …… 愛知県の特産物の豆みそを使った郷土料理です。

29日 (木) みそカツ …… 豚ヒレカツに豆みそで作った甘辛いみそだれをかけたものです。

2月の給食のめあて「豆について知ろう」

みなさんはどのような豆を知っていますか。給食では、大豆やレンズ豆、ひよこ豆、白いんげん豆、金時豆など様々な豆を使っています。豆は植物の種なので、命を誕生させるために必要な栄養を多く含んでいます。上手に食生活に取り入れることで、健康づくりに役立ちます。

