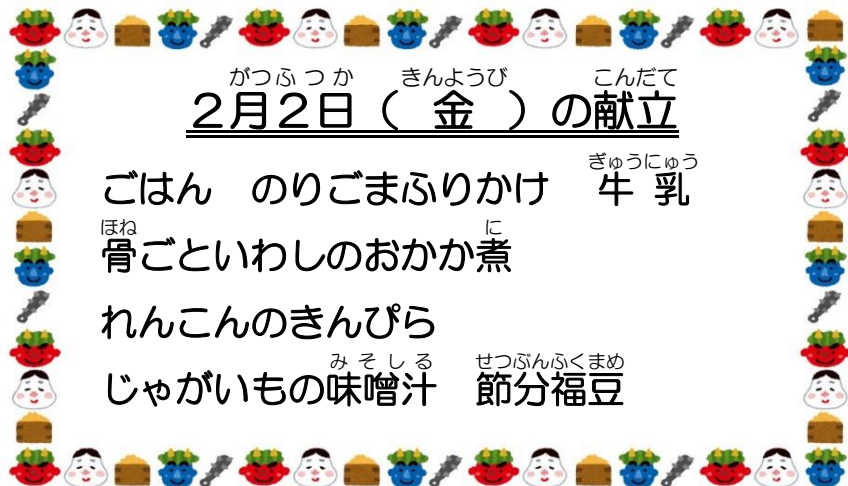


# 給食 News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



## がつつつか きんようび こんだて 2月2日（金）の献立

ごはん のりごまふりかけ 牛乳  
ほね 骨ごといわしのおかか煮  
れんこんのきんぴら  
じゃがいもの味噌汁 節分福豆



## ふつか きんようび きゅうしょく せつぶんこんだて 2日（金）の給食は「節分献立」です。

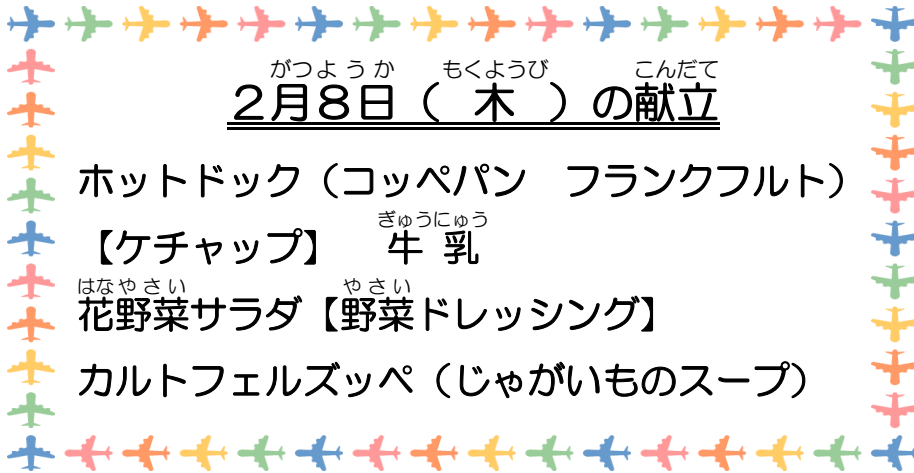
せつぶん おに そと ふく うち か ごえ まめ  
節分に「鬼は外！福は内！」の掛け声とともに豆まきをするのは、  
わる おに いえ はい わる き はら い み まめ  
悪さをする鬼が家に入らないよう、悪い気を払う意味があります。豆  
まきに使われる大豆には炒った豆を使い、【魔目を射る（悪い気を払  
う）→豆を炒る】それを「福豆」と呼びます。「福」を体の中に取り  
い いちねんげんき す ねが こ た 食べます。  
入れ、“一年元気に過ごせますように”と願いを込めて

だいす とうふ なつとう あぶらあ いろいろ かこう はたけ  
大豆は豆腐や納豆、油揚げなど色々なものに加工されます。「畑  
にく い にく さかな おな からだ つく  
の肉」とも言われ、肉や魚と同じく、みなさんの体を作ります。

また、鬼が苦手とされる「いわし」は、みなさんの中にも苦手な人  
がいるかもしれませんが、骨を強くする手助けをしてくれる栄養素  
がつまっています。まずは一口食べてみてくださいね。

# 給食 News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



がつようか もくようび こんだて  
2月8日（木）の献立

ホットドック（コッペパン フランクフルト）

【ケチャップ】 ぎゅうにゅう 牛乳

はなやさい やさい  
花野菜サラダ【野菜ドレッシング】

カルトフェルズuppe（じゃがいものスープ）



ようか もくようび きゅうしよく せかい りょうり  
8日（木）の給食は「世界の料理：ドイツメニュー」です。

ドイツはヨーロッパにあり、日本と同じく四季（春・夏・秋・冬）  
もあります。北海道と似た気候といわれており、寒さの厳しい国です。  
ドイツの有名な食べ物といえは、ソーセージです。ドイツには、なん  
と、1,500種類ものソーセージがあるといわれています。中でも  
「**フランクフルト**」という太いソーセージが有名で、フランクフルト  
という名前はドイツの首都フランクフルトにちなんでいます。今日  
は「フランクフルト」をパンにはさんで食べてくださいね。

また、じゃがいもを使った料理が多く、スープやサラダ、炒め物な  
ど、さまざまなものがあります。今日は「カルトフェルズuppe」とい  
うじゃがいものスープにしました。寒い日が続きますので、スープで  
あたたまってくださいね。

# 給食 News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

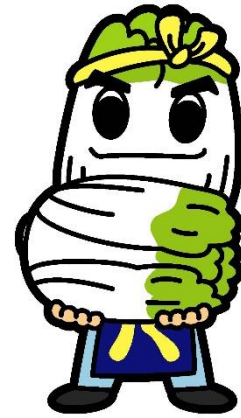
がつ にち もくようび  
2月15日（木）

くろ マーガリン ぎゅうにゅう  
黒パン マーガリン 牛乳

いかナゲット

ミートソースマカロニ

はくさい  
白菜のスープ



にち もくようび きゅうしよく ちさんちしょう やちよ ひこんだて  
15日（木）の給食は「地産地消：八千代の白献立」です。

やちよまち せいさんりょうにほんいち ほこ はくさい はな  
八千代町には、生産量日本一を誇る白菜をモチーフにした「八菜

まる というキャラクターがいます。八千代町の「八」、白菜の「菜」、

まる りっぱ はくさい まる な  
丸く立派なイメージの白菜で「丸」をとって名づけられたそうです。

きゅうしよく しょっき はなまる しょっき ちゅうもく  
給食の食器にも八菜丸がいます。食器にも注目してくださいね。

こんかい やちよまちじまん はくさい  
さて、今回は八千代町自慢の白菜についてのクイズです。

はくさい こ は  
「白菜1個にはどのくらいの葉がついているのでしょうか？」

①10～20枚 ②50～60枚 ③80～100枚

せいかい まい ひんしゅ ちが  
正解は、③80～100枚です。品種によっても違いはありますが、

はくさい まる まい は ひつよう  
白菜が丸くなるためには、だいたい80～100枚の葉が必要です。

あま つ はくさい はい はくさい  
甘みの詰まった白菜がたっぷり入っている「白菜のスープ」をよく

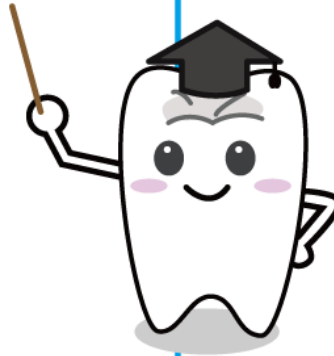
あじ た  
味わって食べてくださいね。

# 給食 News

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

がつ にち げつようび  
2月19日（月）

ごはん あじのり ぎゅうにゅう  
さばのみそに 味噌煮  
きんぴらごぼう  
かきたま汁



19日（月）の給食は「よくかんで食べよう！カミカミ献立」です。

みなさんは、食べ物をかむときに体のどんなところの力が必要  
だと思いませんか？食べ物をかむときには、歯でかむだけではなく、あ  
ごの力や、顔の筋肉も使っています。実際に食べ物を口に入れて、  
かんでみましょう。かみながら、こめかみのところを触ってみると、  
動いているのがわかると思います。いろいろなところの力を使い、  
私たちはかんで食べ物を食べることができるのです。

かむときに必要な力が弱くなってしまうと、食べることが難しく  
なってしまいます。そうならないためにも、今しっかりとかんで食  
べ、歯を強くするだけでなく、あごや顔の筋肉を働かせておくこと  
が大切です。今日の給食にもかみごたえのある「きんぴらごぼう」  
が出ますので、意識しながら食べてみてくださいね。

小学校