

# 2月号 給食だより



令和4年2月10日 発行  
座間市立相武台東小学校  
給食室より

今年<sup>ことし</sup>は暖かい日<sup>あたたか</sup>も冬らしく冷え込む日<sup>ひふゆ</sup>もあり、体調管理<sup>たいちようかんり</sup>が難しい日々<sup>むずかひ</sup>ですね。かぜなどの病気<sup>びようき</sup>に負けないため<sup>ため</sup>にも、しっかり<sup>た</sup>食べて、しっかり<sup>ね</sup>寝て、外<sup>そと</sup>で体<sup>からだ</sup>をたくさん動<sup>うご</sup>かして遊ぶ<sup>あそ</sup>ぶ、健康的な生活<sup>けんこうてき</sup>を心<sup>こころ</sup>がけましょう！  
子どもたち<sup>こ</sup>が毎日<sup>まいにち</sup>、笑顔<sup>えがお</sup>で元気<sup>げんき</sup>いっぱい<sup>きょうりよく</sup>でいられるように、ご協力<sup>きょうりよく</sup>よろしくお願<sup>ねが</sup>いいたします。  
さて、今月<sup>こんげつ</sup>は2・3月<sup>がつ</sup>に実施<sup>じっし</sup>する、6年生<sup>ねんせい</sup>とのコラボ給食<sup>きょううしょく</sup>を紹介<sup>しょうかい</sup>させていただきます。

## 6年生で、給食コンテスト 実施しました♪

家庭科<sup>かていか</sup>の学習<sup>がくしゅう</sup>で担当<sup>たんとう</sup>の鈴木先生<sup>すずきせんせい</sup>と「給食コンテスト」を実施<sup>じっし</sup>し、その代表献立<sup>だいていけんたて</sup>を2・3月<sup>がつ</sup>にコラボ給食<sup>きょううしょく</sup>として出<sup>だ</sup>します。学校ホームページ<sup>がっこう</sup>「2月・3月の給食」<sup>がつ</sup>に写真<sup>が</sup>も掲載<sup>きょうがい</sup>しますので、どうぞご覧<sup>らん</sup>ください。

### 6の1より

☆給食コンテスト ～献立を考えてみよう！～

6年生 1組

ほっこり 給食

献立名	品名	材料	調理法	献立のイメージ	栄養成分
汁物	みそ汁	みそ、だし、ねぎ	煮る	ほっこり	たんぱく質、ビタミン
主食	ごはん	米	炊く	ふっくら	炭水化物
副食	じゃが芋の金平	じゃがいも、さつまいも、油、塩	炒める	香ばし	ビタミンC、食物繊維
デザート	みそ汁	みそ	煮る	ほっこり	たんぱく質

★立てた献立で工夫したこと★  
お粥とみそ汁を合わせて食べると、体が温まるので、寒い時期にはぴったりです。じゃが芋の金平は、お粥とみそ汁と一緒に食べると、体が温まるので、寒い時期にはぴったりです。

給食室から・・・

魚にじゃが芋の金平を添えて、里芋が入ったみそ汁を組み合わせた、体が温まりそうな「給食」を考えてくれました。じゃが芋の金平はおばあちゃんを作る大好きな料理で、食べた人にも自分と同じように「ほっこり」してほしいと思って組み合わせたとのこと。優しい気持ちになる給食になりましたよ♪

2/1実施

給食室から・・・

みんな大好き「とり肉のからあげ」にキャベツを添えて、タルタルソース付き、カラフルみそ汁を組み合わせた栄養満点の「給食」を考えてくれました。みんなが好きなものを取り入れ、見た目も鮮やかにして、お残しがゼロになるようにと食べる人のこと、作る人のことも考えてくれたことがとても嬉しかったです♪

### 6の2より

☆給食コンテスト ～献立を考えてみよう！～

6年生 2組 午組

お残しゼロ 給食

献立名	品名	材料	調理法	献立のイメージ	栄養成分
汁物	みそ汁	みそ、だし、ねぎ	煮る	ほっこり	たんぱく質、ビタミン
主食	ごはん	米	炊く	ふっくら	炭水化物
副食	からあげ	鶏肉、油、塩	揚げる	香ばし	たんぱく質、ビタミン
副食	キャベツ	キャベツ、油、塩	炒める	爽やか	ビタミンC、食物繊維
デザート	みそ汁	みそ	煮る	ほっこり	たんぱく質

★立てた献立で工夫したこと★  
カラフルな色合いにしたことと、栄養満点になるようにしたことです。お粥とみそ汁を合わせて食べると、体が温まるので、寒い時期にはぴったりです。

3/9実施

### 6の3より

☆給食コンテスト ～献立を考えてみよう！～

6年生 3組 乙組

定食屋 給食

献立名	品名	材料	調理法	献立のイメージ	栄養成分
汁物	みそ汁	みそ、だし、ねぎ	煮る	ほっこり	たんぱく質、ビタミン
主食	ごはん	米	炊く	ふっくら	炭水化物
副食	生姜焼き	豚肉、生姜、油、塩	焼く	香ばし	たんぱく質、ビタミン
副食	デザート	プリン	蒸らす	ふわふわ	たんぱく質

★立てた献立で工夫したこと★  
お粥とみそ汁を合わせて食べると、体が温まるので、寒い時期にはぴったりです。じゃが芋の金平は、お粥とみそ汁と一緒に食べると、体が温まるので、寒い時期にはぴったりです。

給食室から・・・

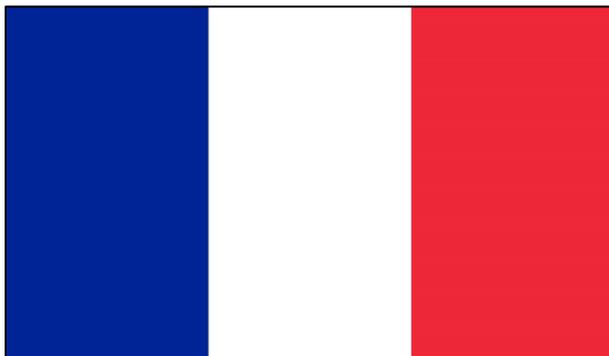
ごはん、生姜焼き、みそ汁、デザートにプリンまで組み合わせた、定食屋さんをイメージした「給食」を考えてくれました。茶色・オレンジ色・緑色・ピンク色の食べ物を使い、ワクワクしながら食べてもらえるようにという優しさが詰まっています。なかなか外食できないご時世なので、お店に行った気分を味わってください♪

2/10実施



# せかい りょうり し 世界の料理を知ろう！

## がつ 2月 「フランス料理」 りょうり



こんげつ 今月は「フランス料理」についてです。フランスは、西ヨーロッパにある中世の都市、アルプスの村々、地中海のビーチがある国です。首都のパリは、ファッションブランド、ルーブル美術館などの世界でもよく知られている美術館やエッフェル塔などのモニュメントで有名です。食べ物ではワインやチーズが有名で、「フランス料理」は世界3大料理のひとつと称えられています。フランスの学校給食では、前菜、メイン、パン、チーズ、デザートという組み合わせのコース料理になっているそうですよ！

### ノルマンディー料理 りょうり

子羊(こひつじ)の肉(にく)が名物(めいぶつ)。りんごの産地(さんち)でもあるので、りんご、バター、生(なま)クリームを使(つか)った料理(りょうり)が多(おおい)。



ポークノルマンディー

### ブルゴーニュ料理 りょうり

フレンチの家庭料理(かていりょうり)「ブッフ・ブルギニョン」という牛肉(ぎゅうにく)の赤(あか)ワイン煮込(にこ)みが有名(ゆうめい)。



ブッフ・ブルギニョン



### ロワール料理 りょうり

白(しろ)ワインの産地(さんち)であるため、白(しろ)ワインを使(つか)った魚料理(さかなりょうり)が多(おおい)。

### バスク料理 りょうり

トマトやトウガラシをよく使(つか)う料理(りょうり)。スペイン料理(りょうり)に似(に)ている。

### プロヴァンス料理 りょうり



リエット・ド・トゥール



ピペラード



ラタトゥイユ