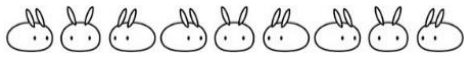


きゅうしょくだより

2月

名古屋市立上社小学校

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、もう少し時間が掛かりそうです。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」の日・・・7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・乳酸菌飲料



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。

※「うなぎまぶし」と「きしめん汁」は、ふるさと献立をかねています。

☆ 【特別こんだて】 姉妹友好都市の日(メキシコ市)・・・5日(水)

小型ロールパン・牛乳・ソーセージのタコス・トルティージャ・とうもろこしのスープ・チョコプリン



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。

☆ 新こんだて フィッシュナゲット・・・3日(月)

白身魚のすり身とたまねぎを混ぜ合わせ、衣に米粉を使用して揚げた物です。

☆ みんなで食べる! なごや産の日

10日(月) 米粉パン・・・港区・中川区・守山区でとれた米を使います。

ゆばのコンソメスープ・・・中川区でとれたみつばを使います。

14日(金) ごはん・・・港区・中川区・守山区でとれた米を使います。

カレースープ・・・中川区でとれたパセリを使います。



☆ ふるさと献立 ～ふるさと名古屋(愛知)の食べ物を知ろう～

14日(金) ちくわのかおり揚げ・・・愛知県の特産物の青じそを使います。

21日(金) みそ煮・・・愛知県の特産物の豆みそを使った郷土料理です。

菜めし・・・愛知県豊橋市の郷土料理です。

28日(金) ミニカレーうどん・・・名古屋で親しまれている料理です。

2月の給食のめあて「豆について知ろう」

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。豆には体をつくるもとになるたんぱく質やおなかの調子を整える食物繊維などを多く含むものがあります。上手に食生活に取り入れることは、健康づくりに役立ちます。

