

2月

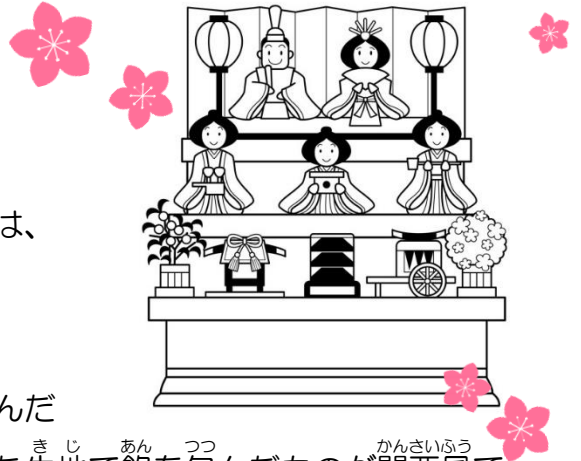
給食だより



令和2年2月
吉川市学校給食センター

2月4日の立春を境に、暦の上では春を迎えました。しかし、まだまだ厳しい寒さが続き、風邪やインフルエンザが流行しています。栄養を十分にとってしょうぶな体をつくっていきましょう。

3月3日はひなまつり



3月3日のひなまつりは「桃の節句」とも呼ばれ、女の子の成長を願う行事です。ひなまつりの季節には、さくら餅もよく見かけますね。

さくら餅には関東風と関西風の2種類があることを知っていますか。小麦粉でできた薄い生地に餡をはさんだものが関東風、お米を粗く挽いて作った、もちもちした生地で餡を包んだものが関西風です。3月3日のひなまつり献立では、みなさんがあまり食べる機会のない関西風のさくら餅を提供します。お楽しみに！



正しい手洗いをしよう！



みなさんはきちんと手を洗えていますか。手には目に見える汚れのほかにも、目に見えない細菌などがたくさんついています。手洗いをしっかり行くと、風邪やインフルエンザの予防になります。

手洗い行動チェック

あてはまるものに ☑をつけてみよう

- 手を洗うのはめんどうだから手をぬらすだけ
- ハンカチを持っていないので手をふったり洋服でふいているよ
- つめはのばしたまま
- 石けんは使うけど、手のひらをこするだけでおしまい

チェックが多かった人は、手洗いの基本がきちんとできていません。

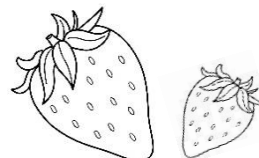


<手洗いのポイント>

- ☞ 石けんを使って洗い残しがないうちによく洗う
- ☞ きれいなハンカチやタオルでしっかりふく
- ☞ 食事の前、トイレの後には必ず手洗いをする

きゅうしょく しゅん 給食で旬のもののキャッチ

日本には春夏秋冬の四季があり、その時にとれるものを食べ、食べ物で季節の変化を感じています。また、その食べ物の味がよく、最も多くとれる時期のことを「旬」と呼び、「旬」の食べ物を味わうことは日本の食文化でもあります。近年、ほとんどの食べ物が年間を通して出回り、季節感が失われてきています。時代が変わっても「旬」のものを味わう心を大切にしていきたいですね。
給食で旬の食べ物をキャッチしていきましょう！



旬

いちご

3月6日(金) いちご

いちごの旬は、5～6月といわれていましたが、温室栽培が行われるようになり、秋から翌年の初夏まで出回るようになりました。温室栽培品は今の時期が一番おいしいため、いちごが狩りの最盛期です。

実は、いちごのつぶつぶは種ではなく、果実そのものです。赤い部分は花托という台のようなもので、果実ではありません。赤い色が鮮やかで傷が無く、つぶつぶがくっきりしているものがおいしいいちごです。

旬

なばな
菜花

小学校:3月16日(月)/中学校:23日(月) 菜花入り和え物

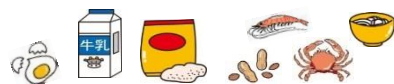


あぶらな(菜の花)のつぼみと花茎、若菜を菜花といいます。今では年中出回っていますが、冬から早春にかけてが旬です。独特のほろ苦さと香り彩りで、一足早く春の訪れを告げる緑黄色野菜です。花が咲き始めると味が落ちてしまうため、できるだけ早いうちに食べましょう。

保護者のみなさまへ

☆放射性物質の簡易検査について

●給食食材の放射性物質の簡易検査を行っています。なお、今までの検査結果はすべて不検出となっています。



☆7大アレルゲン除去献立について ※必ずお読みください。

学校給食では7大アレルゲン除去献立の提供を実施しています。学校給食で実施する7大アレルゲン除去献立は、文部科学省により作成された『学校給食における食物アレルギー対応指針』に基づいて行いますので、調味料などに微量に含まれる食品に関しては除去の対象外となります。

また、給食で使用する食材料については、同じ食品であっても異なるものが使用される場合があります。毎回必ず献立表に記載された使用食材料の詳細な情報についてご確認ください。