

# 給食だより



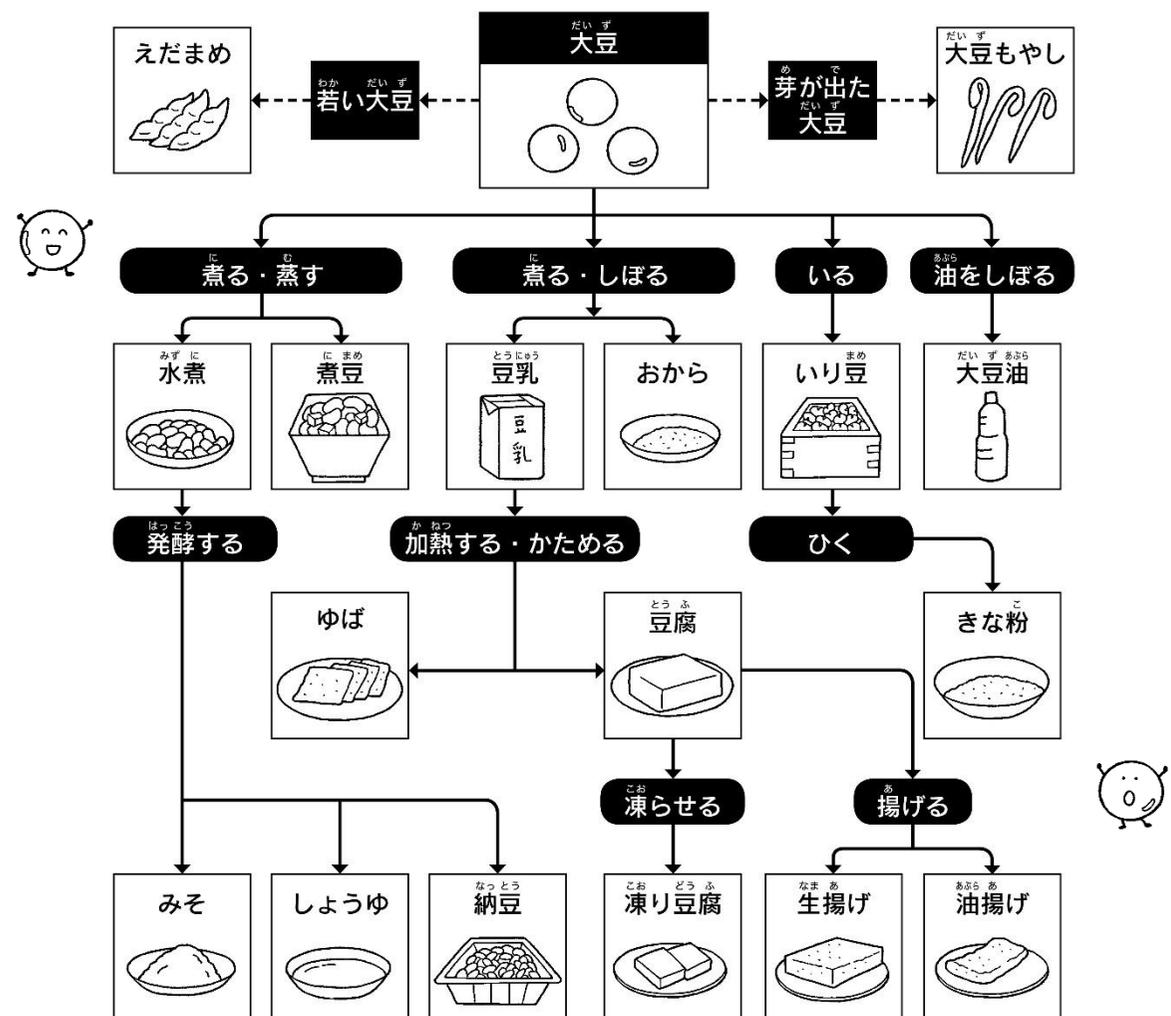
2023年1月25日  
町田市立本町田東小学校  
校長 望月 伸悟  
栄養士 鈴木 萌子

2月3日は節分です。節分を過ぎると暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きます。かぜをひかないように、栄養バランスのよい食事と、手洗い・うがいを心がけて、元気に過ごしましょう。

## 姿を変える大豆

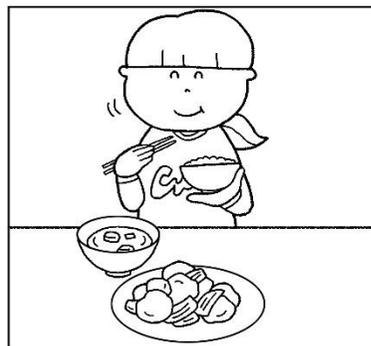
大豆は、しょうゆ、みそ、豆腐、納豆などの原料として利用されていて、和食に欠かせない食品です。生の大豆は、独特なおいさ、苦みや渋みがあるため、食べやすくするために、様々な工夫がされて、多くの加工品ができました。

節分の豆まきで使用することの多い“いり大豆”も加工品の一つです。2月の給食には豆の加工品がたくさん入っています。いくつ見つけれられるでしょうか。

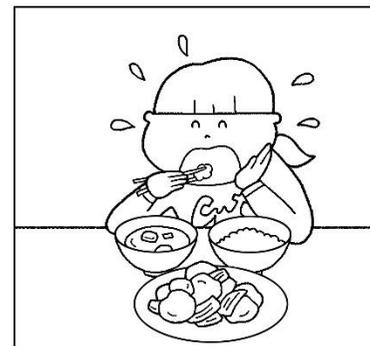


## どのように見える？ マナーのよい食べ方・悪い食べ方

### マナーのよい食べ方



### マナーの悪い食べ方



マナーのよい食べ方と悪い食べ方を見くらべると、どのような印象を受けるでしょうか。犬食いや、ひじをつくなどの食べ方は、周りにいやな思いをさせてしまいます。食事マナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。マナーを守って食べましょう。

## 1月使用分食材の産地について

1月使用分の食材の産地についてお知らせいたします。給食で使用している野菜は市場より調達したものを3回水洗いして使用しておりますが、放射能が心配で弁当の持参を希望される方は学校にお申し出ください。

品目	産地	品目	産地
<b>野菜・きのこ</b>		<b>魚・肉・卵・乳・豆</b>	
ねぎ	茨城	本さくら	韓国
白菜	茨城	ししゃも	ノルウェー
きゅうり	宮崎	豚肉	神奈川 鹿児島
大根	神奈川	鶏肉	青森 岩手
人参	千葉	卵	岩手
にんにく	青森	牛乳(調理用)	東京都(町田市)
玉葱	北海道	大豆	北海道
じゃがいも	鹿児島		
キャベツ	愛知	昆布	北海道
レモン	広島	青のり	岡山
グリンピース	北海道	<b>果物</b>	
小松菜	埼玉	みかん	和歌山
しめじ	宮崎	パイン缶	沖縄
まいたけ	群馬	<b>米</b>	
里芋	埼玉	(銘柄)ふさこがね	千葉