

# 2月給食だより

町田市立金井小学校  
校長 須藤潤一郎  
2025年1月31日

寒さが一段と厳しくなります。元気に乗り切るためには、栄養バランスのとれた食事が大切です。旬の食材や町田産の野菜を取り入れながら、体が温まる給食を作ります。

2月といえば、豆をまいて鬼を追い払う節分があります。2月の給食では、大豆の加工品である炒り大豆や打ち豆の他、小豆、ひよこ豆等の豆を紹介します。



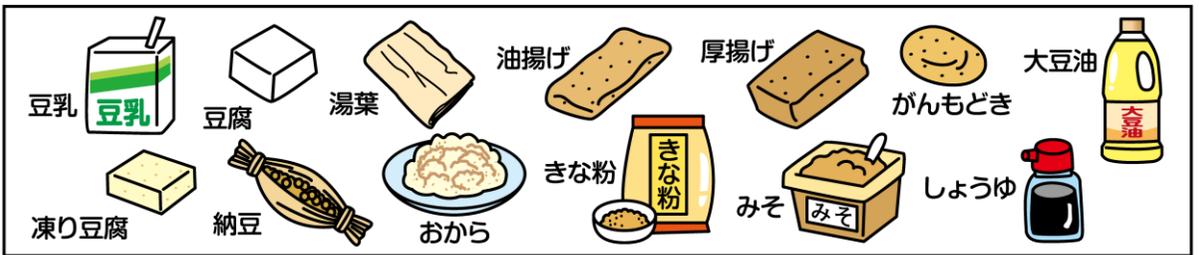
## 年中行事に 欠かせない 大豆と小豆のおはなし

### 大豆の“豆”知識

大豆は、体をつくるたんぱく質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。様々な食品にも加工されます。



### 大豆からできるもの



### 小豆の“豆”知識

昔の人は、小豆の赤い色が「太陽＝生命力」を象徴すると考え、魔よけの意味を込めて行事やお祝いの際に取り入れてきました。



### 年中行事と小豆料理

鏡開き	小正月	お彼岸	七五三	事八日	冬至
お汁粉・ぜんざい	あずきがゆ	おはぎ・ぼたもち	赤飯	おこと汁	いとこ煮

# 1月の給食おい

## 1月の給食の感想

(キムチチャーハンの日に)  
白菜が町田でとれた白菜で  
びっくりしました。

(松風焼きの日に)  
おせち料理に意味があることも知れたし、  
松風焼きに深い意味があることが知れて  
うれしかったです。

ししゃもは苦手だけど、  
今日はおいしかった！

(愛ラブ和食の日に)  
洋食もいいけど、和食  
もおいしかったです。

### 給食レシピ紹介～ししゃものオランダ揚げ～

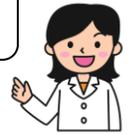
#### <材料(5尾分)>

- ししゃも・・・・・・・・・・5尾
  - 小麦粉・・・・・・・・・・25g
  - 粉チーズ・・・・・・・・・・ひとつまみ
  - ☆ しお・・・・・・・・・・少々
  - ベーキングパウダー・・少々
  - にんじん・・・・・・・・・・10g
  - 乾燥パセリ・・・・・・・・適量
  - 水・・・・・・・・・・適量
- 揚げ油

#### <作り方>

- ①にんじんをすりおろす。
- ②☆を合わせる。
- ③②に水を少しずつ加え、ぼてっとする位の  
かたさにする。
- ④ししゃもを③にくぐらせ、油で揚げる。

焼きししゃもは苦手という児童からも  
おいしいという感想がありました。



## 1月の給食で使用した主な生鮮食品等の産地

品目	産地	品目	産地	品目	産地
大根	町田・神奈川	ごぼう	青森	ぶり	長崎
白菜	町田・群馬	れんこん	茨城	ししゃも	ノルウェー
人参	町田・千葉	さつまいも	茨城	助宗だら	アメリカ・ロシア
かぶ	町田	セロリー	静岡	ます	アメリカ・ロシア
ねぎ	町田・群馬	きゅうり	群馬・宮崎	鯨肉	北西太平洋
小松菜	町田・埼玉	もやし	栃木	とり肉	青森
キャベツ	町田・愛知	玉ねぎ	北海道	ぶた肉	鹿児島
チンゲン菜	町田	いよかん	愛媛	たまご	栃木
にんにく	青森	みかん	和歌山	米	埼玉・茨城・北海道 新潟・青森・佐賀
しょうが	熊本	ネーブル	広島		
じゃがいも	北海道				