



# いただきます～す



川崎市立下作延小学校  
給食だより  
NO. 10  
令和7年2月12日

2月3日は立春でした。暦の上ではもう春です。暖かい日もありますが、朝夕の気温の変化が大きいので体調を崩さないように気をつけましょう。

## 【2月の給食について】

2月は寒さが厳しい時期なので温かい汁物や季節の食品をできるだけ多く取り入れています。

### 《かながわ産品学校給食デー》2月28日

ごはん  
や  
焼きのり  
牛乳

さばの塩焼き  
キャベツのおかかあえ  
豆腐と大根のトロみ汁

神奈川県でとれた米、焼きのり、牛乳、キャベツ、大根を使った献立です。

米は、県内でとれた「はるみ」「てんこもり」という品種です。

のりは、東京湾で育ったのりで冬から春にかけて収穫され、横浜市金沢区と横須賀市で製品化されたものです。

キャベツは、全国7位の生産量で県内全域で栽培されています。

### 《給食で使用する季節の食品》

キャベツ、ごぼう、小松菜、セロリ、大根、長ねぎ、白菜、ブロッコリー、ほうれん草、のり

《2月21日（金）は自校献立です》自校献立は、下作延小オリジナルの献立です。

ごはん、牛乳、ヤンニョムチキン、かわさきそだちの大根とわかめのスープ、クレープ（チョコ）

#### ●ヤンニョムチキン

油 とり肉 しょうが 酒 こしょう  
かたくりこ にんにく しょうゆ さとう  
コチジャン トマトケチャップ みりん

#### ●かわさきそだちの大根とわかめのスープ

ベーコン にんじん たまねぎ 大根 塩  
こしょう 中華スープの素 しょうゆ  
かたくりこ 生わかめ

今回は、地域の農家さんのご協力をいただき、かわさき育ちの大根を使用してスープを作ります。

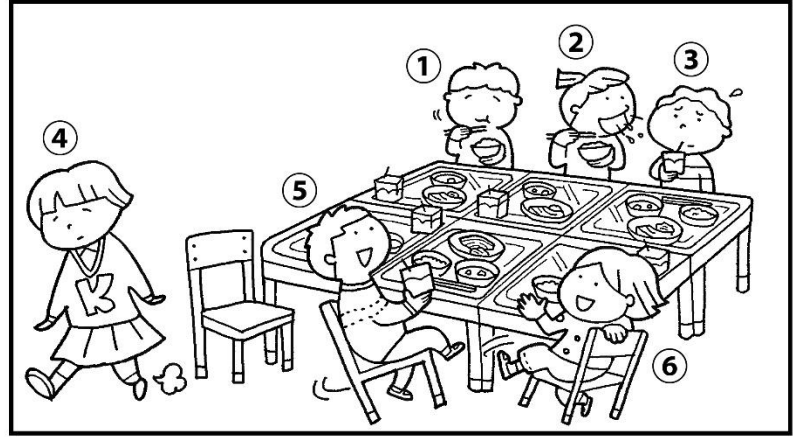
クレープは、乳・卵・小麦粉不使用のものです。アレルギー原因物質は大豆です。

## 《2月の給食目標》マナーを守って楽しい食事をしよう

食事マナーは、相手の思いやりの気持ちがあらわれたものです。食器の持ち方や姿勢、話す内容に気を配り、一緒に食べる人にいやな思いをさせないようにすることが大切です。家族やお友達と楽しく食事ができるように、食事の場が楽しい雰囲気になるようにみんなで工夫しましょう。

### マナー違反は だーれだ

右の絵の中にマナー違反をしている人が4人います。だれがどんなマナー違反をしているのかを考えてみましょう。



#### 答え

- ②は口の中に食べ物が入ったまま話をしています。中の食べ物が見えたり飛んだりしています。④は食事中に立ち歩いています。周りの人が落ち着かなくなり、⑤、⑥はイスを揺らしています。後ろに倒れると危険です。

### Q.食事中にトイレに行きたくなったら行ってもいいの？

なるべく食事中には席を立たないようにします。うろうろと立ち歩いているひとがいると、周りの人が落ち着かなくなってしまうので、食事中に行かなくてもよいように、トイレは食事前に済ませておきましょう。どうしても行きたくなってしまった場合は、静かに席を立ちます。



### 1年生に「いろいろ食べよう」の授業をしました

12月19日(木)1年生に「いろいろ食べよう」の食育の授業をしました。事前のアンケートより野菜や魚、牛乳が嫌いな子が多い、嫌いなものが給食で出た時には、苦手な食べものも少しは食べている子どもが多いという実態がわかりました。学習を通して食べ物をいろいろ食べることで体にいいことがあることがわかり、苦手な食べ物もがんばって食べようと自分に合ったねらいを決めることができました。授業後、約1か月間ペロリカードで頑張った様子を記録しました。ペロリカードには頑張ったメモが書いてあり、苦手な食べ物に挑戦する様子が伝わってきました。ペロリカードの取組は終わりましたが、これからも苦手な食べ物に挑戦して、食べられる食べものが増えて欲しいと思います。