

# 給食だより



令和7年1月31日

No.9

川崎市立南菅小学校

おうちのひとといっしょによみましょう

食事の役割は、成長や健康のためにエネルギーや栄養素をとるだけではありません。家族や友達と食事をするすることで、人とのつながりを深めたり心が和んだりします。楽しく食事をするためにどんなことができるか考えてみませんか。



2月28日は自校献立を実施します。詳しい内容は後日お知らせします。



## 2月の献立紹介

- 寒い時期なので、温かい汁物や季節の食品をできるだけ多く取り入れました。節分の日になんで、3日に袋入りの「いり大豆」がつきます。
- 『かながわ産品学校給食デー』 5日（水）実施  
ごはん 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  
神奈川県産の米、焼きのり、牛乳、キャベツ、大根を使用した献立です。

- 今月の季節の食品  
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

## 節分

節分とは、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前の日のことで、季節のかわる節目の日です。現在は立春の前日だけをいうようになりました。2025年の節分は2月2日です。

節分には豆まきをします。災いや病気を鬼に見立てて、豆をまくことで追いはらい、福を呼び込みます。「鬼は外、福は内」のかけ声で豆まきをしますが、この時のかけ声は、地域によって違いがあります。



## 食べている時は 口を閉じよう



口に食べ物が入っている時に話をすると、口の中が見えたり食べ物が飛んでしまったりして、周りの人にいやな思いをさせてしまいます。食べている時は話をしないで、口を閉じておきましょう。

## おいしい絵本

『がまんのケーキ』  
かがくいひろし作  
教育画劇



『がまんのケーキ』

ケーキが目の前にあるけれど、けろこさんと一緒に食べるために、こいたろうさんとかめそうさんは「がまんがまん！」

ふわふわのスポンジの上に、とろとろの生クリームとツヤツヤのいちごがのった、おいしそうなケーキ。そんな甘い誘惑に二人は勝てるのでしょうか？