

# 給食だよい 2月

令和7年1月31日  
新座市立東北小学校  
栄養士 堀 絵美子

2月3日（月）は給食費の引き落とし日です。

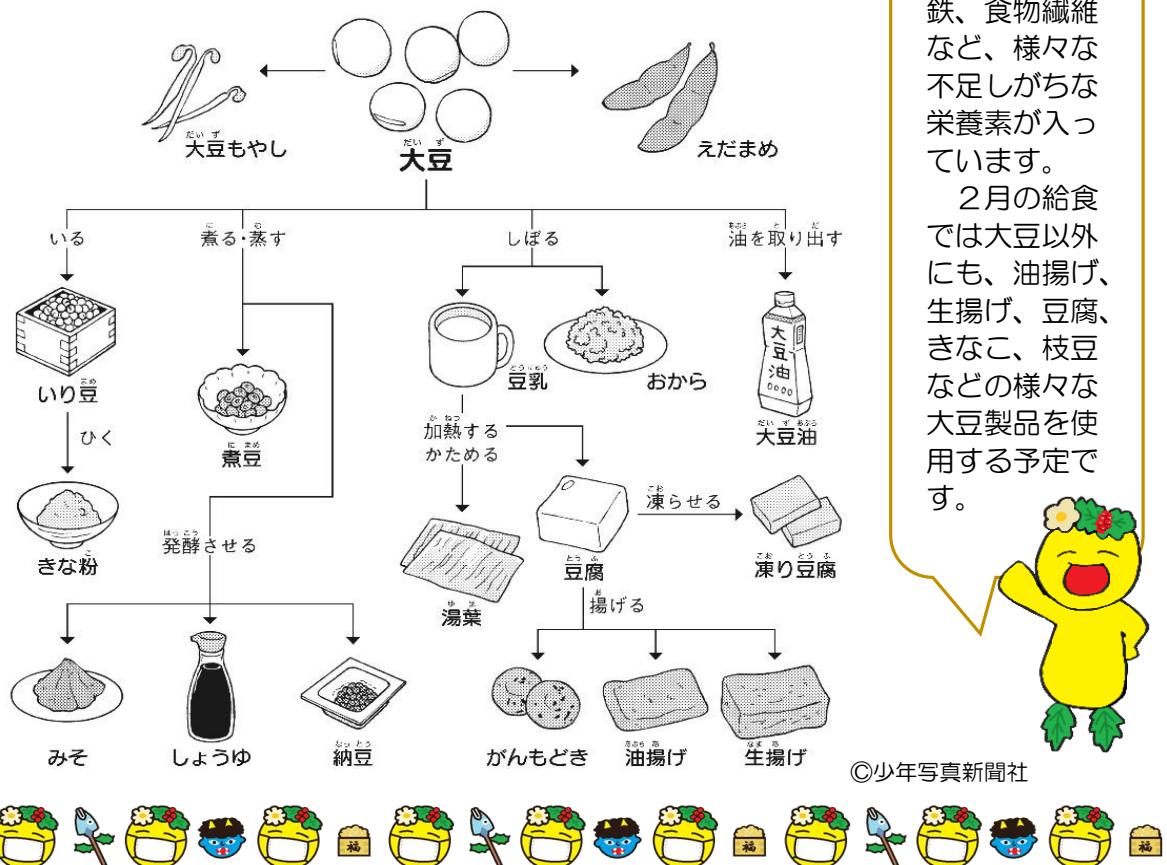
2月2日は節分です。

節分を過ぎると暦の上では春になりますが、今年は1月のうちから暖かい気温が続いていますね。この節分とは、各季節の始まる前日のことです。現代では特に、立春の前日を指すようになりました。豆まきをしたり、いわしの頭とひいらぎを飾って魔除けをしたりと、地域によってさまざまな習慣があります。

「鬼は外、福は内～！」と大きな声を出しながら豆まきをして、病気や災いを追いはらい、福を呼び込みたいですね。

# いろいろな食品に変身する大豆

節分の時には大豆を豆をいった、いり豆がまかれます。  
大豆は、みそやしょうゆ、豆腐、油揚げ、納豆、きな粉  
など、いろいろな食品や調味料に変身して、わたしたちの  
食生活を支えています。



6年生リクエスト給食を提供します

6年1組：2月26日（火） しょうゆラーメン・鶏肉のから揚げ・春雨サラダ  
コーヒー・ミルク

6年2組：2月27日（水） キムチチャーハン・じゃこサラダ・牛乳寒天ポンチ・牛乳  
3組から5組は、3月の給食で実施する予定です。

## 学校給食のレシピ

【にんじんケーキ】



## [材料] (8個分)

- にんじん・・・70g (すりおろす)
  - 鶏卵・・・50g (1個)
  - 砂糖・・・65g
  - サラダ油・・・65g
  - 薄力粉・・・85g
  - ベーキングパウダー・・・2g (小1/2)
  - シナモンパウダー・・・少々
  - 塩・・・ひとつまみ
  - アルミカップ (小さめのもの) ・・・8個
  - 粉砂糖

## [つくり方]

- ・粉類を合わせてふるっておく

①ボウルに卵を割りほぐし、砂糖を加えてよく混ぜる。

②にんじん、油を加えてよく混ぜる。

③ふるい合わせた粉類を加え、さっくりと混ぜる。

④粉っぽさがなくなったら、カップに8等分にして流しいれる。

⑤170度に予熱したオーブンで15分ほど焼く。

⑥焼きあがって粗熱がとれたら、粉砂糖をふりかける。

## 給食週間1月24日（金）～30日（木）の報告

## 学年ごとの取組

- |          |             |
|----------|-------------|
| 1年生      | 好きな給食       |
| 2年生      | 感謝の手紙       |
| 3年生      | 給食カルタ       |
| 4年生      | 感謝の手紙       |
| 5年生      | 給食すごろく      |
| 6年生      | 給食短歌        |
| マーガレット学級 | 感謝の手紙       |
| 上記の通り、   | 学年ごとに取り組みまし |



## 特別献立の実施

- |        |        |                         |
|--------|--------|-------------------------|
| 27日(月) | 明治22年  | 始まりの給食（おにぎり・鮭の塩焼き・つけもの） |
| 28日(火) | 昭和20年代 | 戦後の給食（小麦粉・脱脂粉乳等の援助）     |
| 29日(水) | 昭和40年代 | めん類の導入                  |
| 30日(木) | 昭和50年代 | 米飯給食の再開                 |

