

給食だより 2月号

令和8年2月13日
座間市立東原小学校
校長 栗林 祥子
発行者 川上 麻美



かぜに負けない体を作ろう

2月になりました。暦上では、「立春（りっしゅん）」「雨水（うすい）」と呼ばれる日があります。「立春（2月4日）」は、春の始まりとなる日、「雨水（2月19日）」とは、降る雪が雨に変わり、雪解けが始まる頃をさします。暦では春になる時期ですが、まだまだ寒い日が続いていますね。

教室で、暖房をつけて暖かくしていると、空気が乾燥して、のどが痛くなりやすいです。適度に換気をしたり、水分補給をして、体調を整えていきましょう。



大豆について知ろう

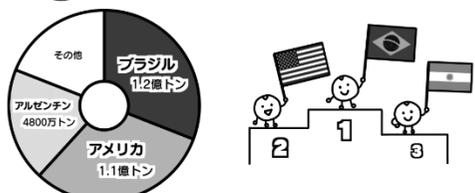


その1 どのくらい作られているの？



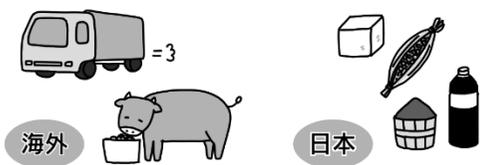
世界で作られている大豆の量は、なんと3.6億トン。過去30年間で生産量は3倍にも増えています。

その2 どこで作られているの？



ブラジル、アメリカ、アルゼンチンの3つの国で、世界で作られている大豆の80%を占めています。

その3 何に使われているの？



海外では、食べるのではなく、大豆からとれる油を車の燃料にする、牛などの家畜のえさとすることが多いですが、日本では食べ物として消費する割合が多いという違いがあります。

2月の食育クイズ

独特の香りがする野菜。シャキッとした食感なのでそのまま食べたり、香りをいかしてスープと一緒に煮込んだりします。さてそれはどの野菜？

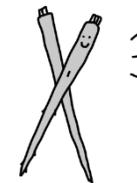
- ① きゅうり
- ② こまつな
- ③ セロリー



セロリーは独特の香りがする野菜で、シャキッとした食感があります。③が正解です。

冬が旬のごぼう。私たちが普段食べているのは、ごぼうのどの部分？

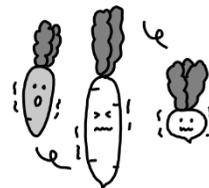
- ① くき
- ② 根
- ③ 葉



ごぼうは冬が旬の野菜で、私たちが普段食べているのは根の部分です。②が正解です。

春の七草の中では「すずしろ」という名前。冬の寒さで甘みがぐっと増す野菜はどれ？

- ① にんじん
- ② だいこん
- ③ かぶ



すずしろは冬の寒さで甘みがぐっと増す野菜です。②が正解です。

何でも食べる雑食の魚です。このことから「たらふく食べる」という言葉ができた魚は何？

- ① たら
- ② ふぐ
- ③ ぶり



たらふくは雑食の魚で、何でも食べることから「たらふく食べる」という言葉ができました。①が正解です。

2月、3月は6年生が考えてくれた

給食室とのコラボメニューが登場します！

お楽しみに♪



※給食だよりは、東原小学校のホームページでも閲覧可能です。