2月 給食だより

少し暖かくなって、学校のインフルエンザの流行もおさまって本当によかったです。まだまだ油断はできませんから、「うがい」「手あらい」は引き続きお願いします。

○2月の給食目標　「健康な食事を考えよう」

※　冬野菜を食べて、からだの中からあたたまろう。

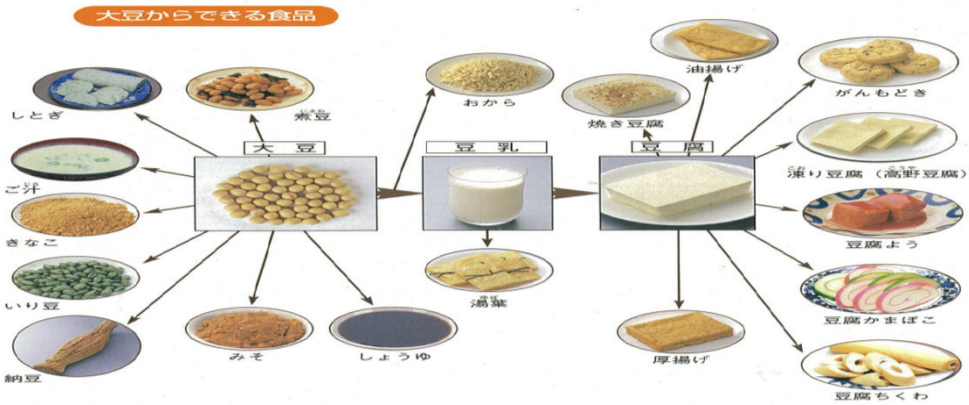
高等部や中学部の生徒たちが育てた冬野菜キャベツ、はくさい、だいこん、ブロッコリー、カリフラワーは、給食で大活躍です。新鮮でとてもおいしい野菜をみんなに食べてもらっています。

※　大豆や大豆製品を食べよう

明治時代までほとんど肉を食べる習慣のなかった日本人にとって、たいせつなたんぱく質は、魚類と大豆でした。特に大豆は、「畑の肉」といわれており、大豆や大豆製品は日本各地で利用されてきた大切な食品です。

今月は、豆や大豆製品を家庭ではあまり食べないメニューにして紹介しました。

○三種類の豆がはいった「まめまめシチュー」　**○納豆入り手作り「がんも」**　**○具だくさんの「豆乳スープ」**



今月の食育

――――――　小学部でお魚学習　――――――

チリメンモンスターをさがしたよ

お魚組合のおかあさんといっしょに調理実習をしたよ

「お魚がくしゅうプロジェクト」（和歌山県と旅行会社JTBの企画）を小学部で実施しました。①地産地消であること②食材がわかりやすいこと③調理が簡単であることの3つの条件を考えて「シラスについての学習」を体験しました。

しらすごはん
しらすのかきあげ
しらすのかきたまじる

―――中学部の国際理解学習より―――

2月16日の給食は、インド料理でした。インド出身の「ギリさん」と一緒に食べてもらいました。ギリさんは、牛のスープや肉を食べないので「チキンカレー」にしました。いろいろなスパイスを組み合わせて、辛すぎないカレーを作るのはたいへんでした。ナンはしいれの都合で少し多くなりましたが、フルーツヨーグルト、サブシ(野菜のいため蒸し）と一緒に完食でした。