2月給食だより

令和７年度　２月
岩出市学校給食共同調理場

２月の献立より

「冬野菜シチュー」

・・・バレンタインにちなみ、各クラスに数枚ハート形にくりぬいた人参を入れます。
給食センターからの愛情たっぷりのシチューを召し上がれ！

※※※リクエスト給食※※※

２月は、市内全小学校６年生と全中学校３年生からリクエストが多かった料理がたくさん登場します。上位１位から5位までの料理（詳しくは、献立表に載せています。）の他、惜しくも5位までには入らなかった「ハムカツ」「まぐろカツ」「フルーツサンド」「タイピーエン」「ビビンバ」「こんにゃくと海藻のサラダ」も登場しますので、楽しみにしていてください。

※※※【２月の行事食】※※※　「節分の献立」

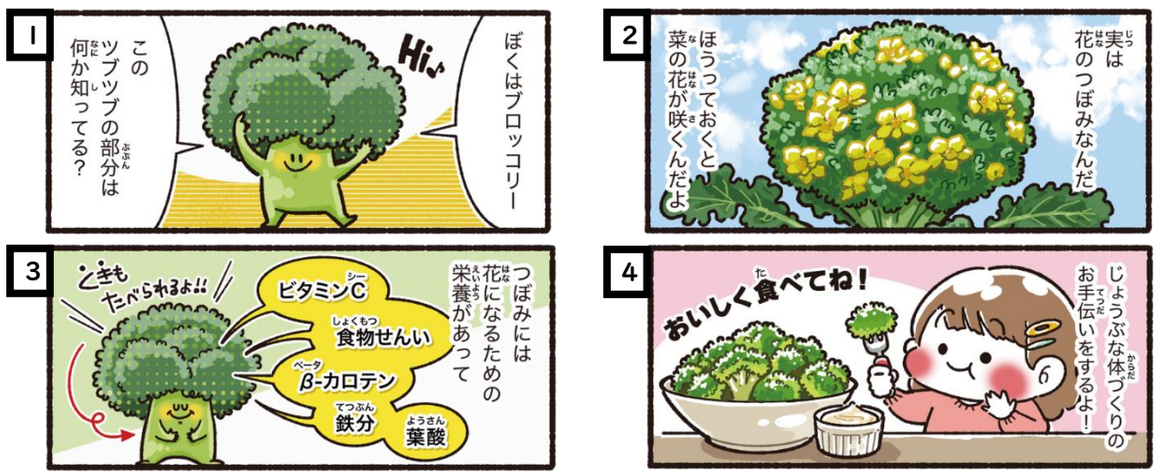
「いわしの梅煮、呉汁、味付けのり（恵方絵柄）」

・・・節分には福を呼ぶ豆まきや、柊の枝にいわしの頭をさして邪気を払う習慣があります。
そこで、給食ではいわしと大豆を使った節分献立にしました。
いわしの梅煮は、梅効果で臭みが感じにくく食べやすくなっています。呉汁にはセンターで作った大豆ペーストを使うので、こくと旨味がアップします。

おなかの食育劇場 ごぼう

ブロッコリーのヒミツ

寒さ厳しい季節、旬の野菜でのりきりましょう。



２月は「省エネルギー月間」です！

環境に優しい食生活を目指してみませんか？

毎年２月は、国が定める「省エネルギー月間」です。私たちの生活は、電気やガス、ガソリンなどのエネルギーによって支えられています。一方で、エネルギーを作る際に発生する二酸化炭素は、地球温暖化の原因の一つと考えられており、エネルギーを効率よく使う「省エネルギー（省エネ）」を進めることは、地球温暖化の防止や環境を守ることにつながります。まずは身近な食生活から、省エネを心がけてみませんか？

買い物

家にある食材を確認し、使い切れる分だけ買う。

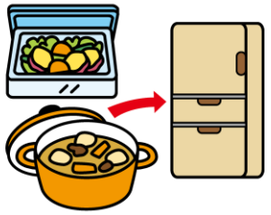
旬のもの、地域でとれたものを選ぶ。

すぐに使うなら消費期限・賞味期限の近いものを選ぶ。

保存

冷蔵庫を整理し、詰め込み過ぎない。

熱いものは、冷ましてから冷蔵庫に入れる。



消費期限と賞味期限の違いを理解し、食品を使い切る。

調理

炊飯器は、保温時間を短くする。

根菜類の下ごしらえに電子レンジを利用する。

ガスの炎は、鍋底からはみ出さないようにする。

片付け

生ごみは、水気をよく切ってから捨てる。

食器や調理器具は、汚れを拭き取ってから洗う。

食器を洗うときに水を流しっぱなしにしない。