

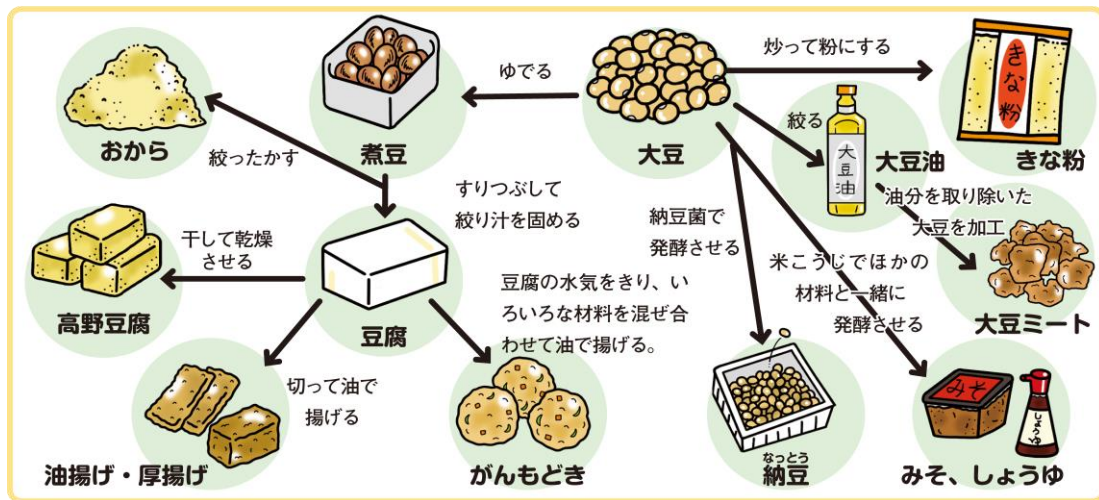


【令和7年2月号】
 栃木市立寺尾小学校
 給食共同調理場

立春を迎え、暦の上では春です。この時期には暖かい日もありますが、朝晩はまだまだ寒く、油断すると体調を崩してしまいます。インフルエンザやコロナウイルス、ノロウイルスなど、感染症も流行中です。病気の予防には、手洗い・うがいを忘れずに、たっぷり睡眠をとって栄養のバランスのとれた食事を食べることが大切です。

大豆のはなし

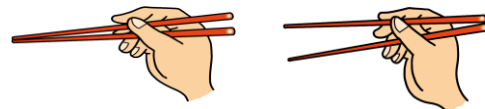
豆まきには、炒った大豆がよく使われます。大豆には良質なたんぱく質が多く、「畑の肉」とも言われます。また、ビタミンB群、E、カルシウム、マグネシウム、鉄といった無機質（ミネラル）や食物せんいも含まれています。しかし、大豆はそのまま食べても消化されず、栄養も吸収されません。そこで昔から大豆の豊富な栄養を最大限に生かすため、いろいろな加工品が作られてきました。



はしを正しく持とう

はしをきちんと持って、使えるようにしましょう。

正しいはしの持ち方



- 長さは手のひらより少し長いものを選び、真ん中より上を持つ。
- 上のはしは中指と人差し指でえんぴつのように持つ。このはしだけを動かす。
- 下のはしは親指の根元と薬指の横はらで支え、動かさない。

はしの悪いマナー例



学校給食週間



1月27日～31日 寺尾小
 1月27日～31日 寺尾中

今年度も「食」について考える1週間となりました。

寺尾小給食委員会 輝き集会「きゅうしょくのまめちしき」



寺尾小では、給食委員が給食調理員さんの仕事のようすや給食で気をつけていることなどをクイズも交えて発表し、最後に全校児童で「えいよの歌」を歌いました。

寺尾中学校

寺尾中では、全校生徒で給食や食についての標語を考え、各学年から1つずつ優秀作品を選び、表彰しました。



寺尾中のみなさんから供給会の方々に調理員さんへの感謝のメッセージ

寺尾中 給食週間の標語

※児童生徒のみなさんが書いた、給食週間の作文や標語の中から優秀作品を2月と3月でご紹介したいと思います。裏面をご覧ください。



寺尾小 給食週間ポスターと作文



給食委員が作った

ショクイズ

とくべつ編

「パスタ」



むかし、マルコポーロは、中国を旅行したときに食べた、うどんのようなものが大変おいしかったので、ヨーロッパに持って帰りました。その後、イタリアにも伝わり、マカロニやスパゲッティに発展したとも言われています。今では、それらのイタリアめんを、まとめてパスタと呼びます。では、クイズ3問に挑戦しよう！

<p>Q1 パスタの材料は何？</p> <p>ア 米 イ 小麦 ウ ジャがいも エ さつまいも </p>	
<p>Q2 真ん中に穴の開いたマカロニはどうやって作る？</p> <p>ア 太く伸ばした生地を真ん中を押し出す</p> <p>イ 薄く伸ばした生地を細い棒に巻き付けてぬく</p> <p>ウ 穴の形を工夫した機械で生地を押し出す</p>	
<p>Q3 イタリアは、国の形が何かの形に似てるといわれるけど、何に似ている？</p> <p>ア マスク イ 手袋 ウ 帽子 エ ながぐつ</p>	

こたえ

Q1...イ
 小麦の中でもデュラムという種類の小麦を使う

Q2...ウ
 穴の形を工夫した機械に生地を押しこんで作る

Q3...エ
 世界地図で探してみよう

