

～節分(2/2献立)～

2月3日は節分です。昔は立春(2月4日)から春になると言われ、「季節を分ける日」として節分と呼ぶようになりました。季節の分け目には鬼が出ると言われ、節分に、焼いたイワシの頭をヒイラギの枝にさして玄関に飾って魔よけにしたり、豆まきをして鬼を追い払ったりします。豆(大豆)は魔滅(魔物が滅びる)に通じ、その魔物の目(魔目)をめがけて投げることで、鬼のような魔物がもたらす災難や病気を寄せつけないと言われています。豆まきに使用する、炒った大豆「節分豆・福豆」は、豆まきの後、自分の年の数だけ食べると、体が丈夫になり、病気になりにくくなると言われています。



給食では、行事食として「イワシのしょうが煮」「けんちん汁」「節分豆」を出します。また、「節分豆」のもとになる大豆は、色々な食材に変身します。2月の給食には、様々な大豆製品を使用します。どの食材が大豆から変身した物か、考えながら食べてみましょう。

～初午(2/9献立)～

初午は、2月の最初の午の日に、稲荷神や蚕の神様をまつるお祭りです。この日は、稲荷神のお使いと言われるキツネの好物の油揚げを供えたり、蚕がたくさん繭を作るように、繭の形に作った初午だんごを飾ったりします。しょうゆを付けると、繭がシミになって、不良繭になると嫌われていたため、初午だんごを食べるときには、しょうゆを付けずに食べます。給食では、行事食として刻んだ油揚げを使用した「こぎつねごはん」と「ごまだんご」を出します。



～受験応援献立(2/19献立)～

中学校3年生の受験応援献立として、受験に“勝つ”と“いい予感”の願掛けをした「ヒレカツ」と「いよかん」を出します。受験当日、体調を崩さず頑張ってきた力を発揮するためにも、バランスの良い食事を規則正しく食べる食生活を心がけましょう。



地域の食材を知ろう 『ほうれん草』

沼田市では、年間を通してほうれん草を生産しています。冬どりほうれん草は、寒さにじっと耐え、肉厚で甘みが強いのが特徴です。



ちぢみほうれん草

冬に栽培されるちぢみほうれん草で、寒締めほうれん草とも呼ばれます。品種名ではなく栽培方法によるもので、葉が厚く縮まっており、甘みが強いのが特徴です。

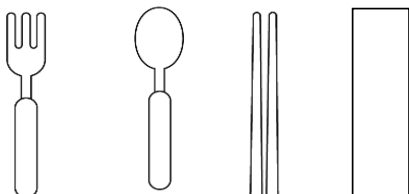


💡まめ知識

アメリカの人気マンガ、パイが絶体絶命になった時、ほうれん草を食べてアツという間にパワーアップ!ほうれん草には血液を作る栄養素が多く含まれています。

資料:「沼田市ずかん(食育ずかん)」

食器具セットの価格変更について



フォーク 187円  
スプーン 187円  
はし 286円  
ケース 396円

給食セットの購入金額の変動に伴い、左記の通り令和6年4月1日より価格が変更になります。

合計1,056円

