

給食だより

令和3年1月29日
東京都立町田の丘学園校長
緒方 直彦

もうすぐ「立春」、暦の上では春を迎えようとしています。まだまだ寒い日が続きます。栄養バランスのよい食事で抵抗力を高め、病気に負けない丈夫な体をつくりましょう。

さて、寒いとあまり意識することがないかもしれませんが、水分補給をこまめにしていますか？ 冬は空気が乾燥しているため、体内の水分が失われやすくなります。また、のどの乾燥が風邪の原因になることもあります。のどが潤いていなくても、こまめな水分補給を心がけることが大切です。

2月の給食の御紹介♪

◆1日（月）【開校記念日お祝い献立】

2月1日は町田の丘学園の開校記念日です。毎年開校記念日は学校がお休みですが、今年度は授業日のため、給食があります。給食では、あずきおこわで開校記念日をお祝いします。

◆2日（火）【節分献立】

今年の節分は2月2日です。節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていました。現在では「立春」の前日だけが節分と呼ばれています。

給食では、節分の豆まきに使用される炒り大豆を炊き込んだ「鬼打ち豆御飯」を提供します。

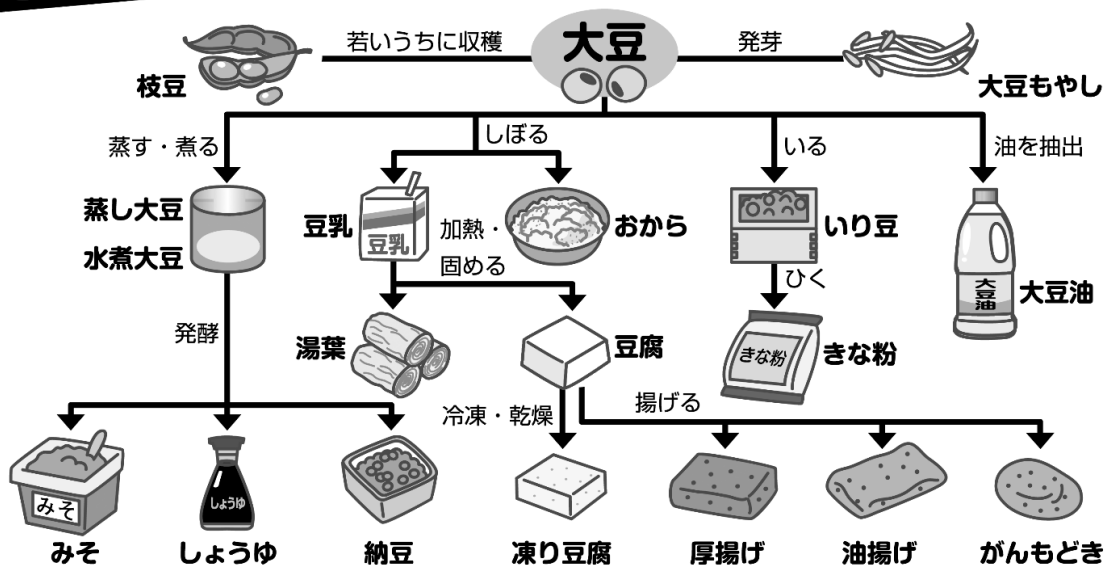
◆15日（月）【バレンタインデーメニュー】

2月14日はバレンタインデーです。日本では、女性から男性にチョコレートを贈る日として定着しています。2月14日にチョコレートをたくさん食べる方もいらっしゃると思います。給食ではスイートポテトを提供します。



節分に欠かせない大豆について

大豆は、弥生時代から栽培されていた作物で、さまざまな食品や調味料に利用され、私たちの食生活に欠かすことのできない食べ物です。植物ですが、体をつくるもとになるたんぱく質を豊富に含み、「畑の肉」とも呼ばれます。



★3月欠食届の締切りについて★ (重要)

年度末に伴う事務処理の関係上、負傷・疾病・ショートステイ等で欠食する場合は、**令和3年2月16日(水)まで**に欠食届を作成し、担任に提出してください。締切り後の変更は対応できません。

欠食届の様式はホームページから印刷するか、担任から受け取ってください。変則的になりますが、御協力よろしくお願いいたします。