



しょくいく 食育だより

令和7年度
2月号

志木市立志木第三小学校
栄養教諭 藤本 千尋

かしわ学級で育てた大根が、給食に登場しました！

畑づくり、苗植え、水やり、雑草抜き…何かを育てるのはとても大変です。かしわさんが愛情込めて育てた大根を当日の早朝に収穫し、調理員さんに渡しました。細いもの、太いもの、長いもの、短いもの、面白い形のもの。個性豊かな大根が採れました。小ぶりでしたが、どれもまっすぐ育っていて、白くてすべすべでとてもきれいでました。葉っぱもきれいだったので、よく洗って1cmに切ってサラダに混ぜました。サラダは大人気でほとんど残りがなく、みんなでおいしくいただきました。かしわのみなさん、おいしい大根をありがとうございます！



1月14日(水)

- ・牛乳
- ・カレーフリコロンドン
- ・かしわさんの採れたて大根サラダ
- ・黒豆蒸しパン



ひど
おうちの人と
作ってみましょう。

【かしわさんの採れたて大根サラダ】(4人分)

(サラダ)

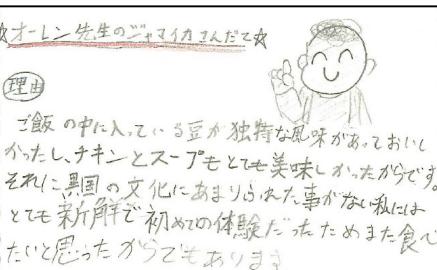
- ・コーン …… 30g
- ・大根 …… 150g
- ・大根の葉 …… 40g
- ・すりごま …… 4g
- ・ツナ …… 40g
- ・油 …… 2g
- ・たまねぎ …… 10g
- ・酢 …… 10g
- ・しょうゆ …… 10g
- ・ごま油 …… 少々

(ドレッシング)

- ① ドレッシングを作ります。フライパンに油をひき、すりおろした玉ねぎを炒め、辛味を飛ばしたら残りの材料を入れて加熱し、冷まして冷蔵庫に入れます。
- ② 大根を千切りにし、大根の葉は1cm程度に切れます。
- ③ 大根・葉をさっとゆでて水にとり、水気を絞って、コーン・すりごま・ツナ・①のドレッシングと和えます。

じっし 6年生に、思い出給食リクエストを実施しました。

6年生は3月で小学校の給食が終わります。もちろん志木市では中学校でもおいしい給食が待っていますが、私立に行く人や引っ越しなどで給食がなくなる人もいます。そこで、6年間で食べた給食のうち、もう一度食べたいメニューを今年も募集しました。「楽しみにしていたけどお休みで食べられなかった」「これで苦手なものが克服できた」等、様々な理由でアンケートが集まりました。2月と3月で、できるだけみなさんの想いに応えられるように頑張りますので、楽しみにしてくださいね。



たくさんのリクエスト
ありがとうございます！

ピーマンの肉づめ

⑩給食でやめて食べた時でもおいしく思い出に残ったから。後はあまり好きではなかったピーマンをおいしく食べれたからピーマンの肉づめにお色立ちようけきをうけたのがこれでした。いつもおまけかがうござります。

れんこんごぼうの和チップス

黒豆

れんこんは苦手ですが和チップスはおいしくて美味しい。

なすのは何がいいですか食べたいです理由はなすは特に好きでなかったので初めて出たときはうわ…と思つけれど食べてみたらおいしくてびっくりしたからです。これで初めてなすがおいしいと思ったのでこのメニューがいいのです。

カレー!!

カレーピーマン(大盛り)がいいです。辛味のないカレーがいいです。いつもあります。あとこれが一番好きです。

せつぶん 節分だけじゃない？2月の行事『初午』



2月に行われる日本の行事は節分だけではありません。『初午』という行事を知っていますか？『午』という漢字は、干支に使われています。今年が、その午年です。今では年に干支が使われていますが、昔は日にちにも使われていました。そこで、2月の最初の午にあたる日のことを『初午』と呼んでいます。今年は2月1日です。京都にある伏見稻荷神社に神様がありてきたのが初午の日だったことから、全国の稻荷神社では初午祭が行われます。また、そのおりてきた神様が穀物（米・小麦・大豆など）の神様であるため、五穀豊穣（穀物が豊かに実ること）を願ってお参りします。稻荷神社では、神様の使いとしてきつねが祀られていて、そのきつねの好物が油揚げだったことから、初午の日には油揚げに酢飯を詰めた『いなり寿司』を食べます。いなり寿司は、私たちの住んでいる東日本では米俵に見立てた『俵型』で、西日本では、きつねの耳に見立てて『三角』にすることが多いようです。給食では、いなり寿司をイメージして、刻んだ油揚げを酢飯に混ぜ込んだ『こぎつね寿司』が登場します。

