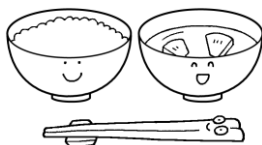


# 給食だより

令和5年度  
小林学校給食センター

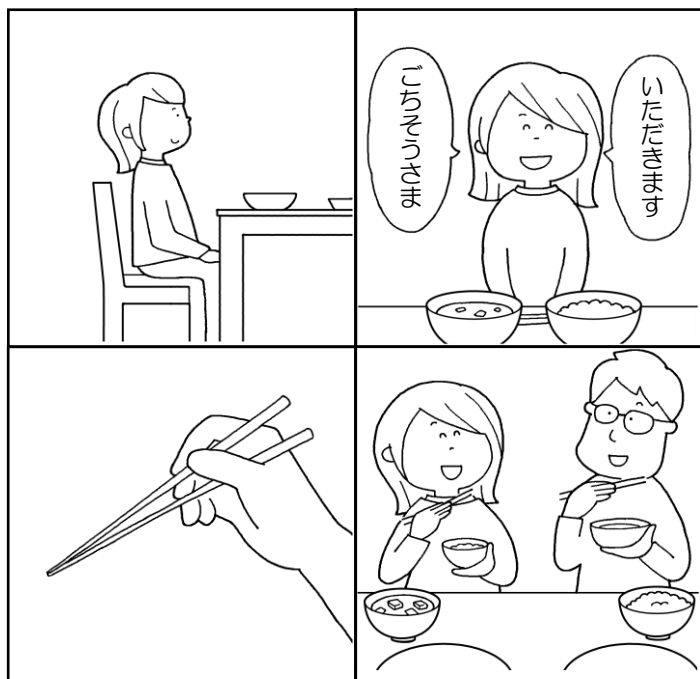
年が明けてから厳しい寒さが続きますね。

2月は節分やバレンタインと行事ごともあります。食事の役割は、成長や健康のためにエネルギーや栄養素をとることだけではありません。食事から行事や季節を感じることもできます。さて、どのような起源があるのでしょうか。



## 目指せ 食事マナーの達人

食事マナーとは、一緒に食べる人いやな思いをさせないために思いやりの気持ちを持ち合わせるものです。背筋を伸ばして姿勢よく座り、食事の前後には「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつをします。はしや茶わんを正しく持つと、こぼさずきれいに食べられます。何より、みんなで楽しく食べられるように、話す内容や雰囲気につけましょう。



## 大人気 きな粉パンの登場！作る様子を見てみよう！

1月15日（月）の給食は、きな粉パン（揚げパン）でした。いつもは学校に直送されるパンが、揚げパンの日は給食センターに届きます。それを、1本ずつ揚げて、それにきな粉をまぶしていきます。すべて手作業で行われています。1月に給食感謝集会で複数の学校で講話をさせていただきました。普段なかなか目にすることがない、『給食ができるまで』を写真や動画で説明をしました。家庭での調理とは違う大量調理の様子を少しでも知ってもらえると嬉しいです♪



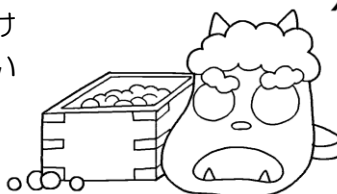
フライヤーで揚げる

きな粉をまぶす

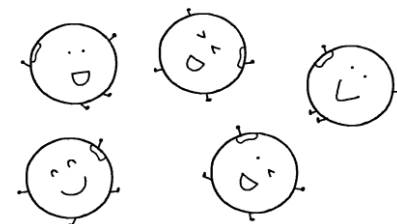


## 節分

節分とは、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前の日のことで、季節のかわる節目の日です。現在は立春の前の日だけをいうようになりました。節分には豆まきをします。災いや病気を鬼に見立てて、豆をまくことで追いはらい、福を呼び込みます。「鬼は外、福は内」のかけ声で豆まきをしますが、この時のかけ声は、地域によって違いがあります。



## 大豆は畑の肉



大豆は良質のたんぱく質を多く含んでいるため、「畑の肉」とも呼ばれています。大豆はしょうゆやみそ、豆腐、納豆などの原料として、昔から日本で食べられてきた身近な食品です。

## ～恵方巻～

節分の夜に恵方（歳徳神のいる方向。その年の干支によって決められる）に向かって、”福を巻き込む”巻き寿司を、”縁を切らない”よう包丁で切らずにそのまま”福をもらさない”ように無言で丸かぶりすると良いというものです。今年は東北東を向いて恵方巻を食べましょう。

## バレンタインデーの起源

一説によると3世紀のローマでは兵士の結婚が禁止されていました。それに反対したバレンタイン司祭は多くの兵士を結婚させて皇帝の怒りをかい、西暦270年2月14日に殺されたそうです。その死を悼む行事から、やがて、愛の告白や贈り物をする日になったといわれています。

給食感謝集会でいただきました。毎年素敵なものをありがとうございます😊給食センター一同とても励みになります💖これからもおいしい給食をお届けられるように頑張ります！

