

2月給食だより

令和8年2月 赤塚第二中学校



◆◆◆寒さに負けず元気にすごそう!◆◆◆

2月3日は節分です。節分の日はいわしを飾り、「畑の肉」といわれるほど栄養のある大豆や大豆製品を食べて、鬼を追いつくしましょう。そして、2月4日は立春です。暦の上では春がやってきますが、寒い日はまだまだ続きます。手洗い・うがいをしっかりして、睡眠と食事をきちんととり、体調を崩さないよう心がけましょう。

～献立紹介～

5日(木) キャラメルポテト

さつまいもを油で揚げ、三温糖とバターで作るソースをからめてアーモンドをふります。洋風大学芋です。

12日(木) だまこ汁

秋田県の郷土料理です。秋田県ではきりたんぽが有名ですが、各家庭では、ごはんを丸めて作るだまこを汁物や鍋に入れることが多いようです。

8年5組

さん考案

桃太郎×節分(2月3日)

牛乳・きびだんご風ごはん・鬼ヶ島ハンバーグ・お宝サラダ・桃太郎ゼリー

日本昔話の桃太郎と節分をテーマに、もちきび・大豆・桃を取り入れたメニューを考えました。また、桃太郎は「仲間の力」を伝える物語になっています。みなさんにも仲間のすごさを知ってもらいたくてこのメニューにしました。

8年5組

さん考案

給食食べる子には福×合格きたる!?福の日(2月9日)

牛乳・食べたら脳が幸せに!?てりやきチキンバーガー・小さな幸せ入りシチュー

甘いもので気分も点数も上昇!ココアムース

2月9日はふ(2)く(9)で、「福の日」です。日頃がんばっているみなさんと受験を控えた9年生に「福」が訪れますようにという思いをこめてメニューを考えました。シチューの中には小さな幸せが花言葉のブロッコリーが入っています。

8年1組

さん考案

健幸都市板橋～鉄～(2月17日)

牛乳・ハッピー炒飯・鉄の力揚げ・鉄のお助けサラダ・幸せの雫～健幸ゼリー～

鉄分は健康を保つために大切な栄養素ですが、普段の食事で不足しがちであることに気づきました。板橋区は「日本健幸都市連合」に加盟しており、健康と幸福を目指しています。そこで、鉄と健幸都市を結びつけ、鉄分たっぷりの幸せメニューを考えました。

給食委員会

◇1月16日～23日 赤二中 学校給食週間

食について、先生方にインタビューをして、給食の時間に放送をしました。

- ①昔好きだったメニューはなんですか？
- ②今、赤二中のメニューの中で好きなメニューはなんですか？
- ③もう一度食べたい親の手料理はなんですか？
- ④毎日の食事で気をつけていることはなんですか？
- ⑤赤二中の生徒へメッセージをお願いします。



校長先生

- ①カレーライス②魚料理と白米
- ③親子丼④ベジファースト
- ⑤よく噛んでしっかり食べましょう。

加藤先生

- ①揚げパン②鉄ちゃんマーボー豆腐③
- トマトを豚肉で巻いて揚げてある料理
- ④1日3食食べる。⑤美味しすぎる給食、毎日味わって食べましょう!

松本先生

- ①えびクリームライス②肉じゃが③ロール
- キャベツ④食べ過ぎないこと。腹八分目を意識しています。⑤食事マナーを意識して楽しく美味しくたくさん食べましょう!

脇先生

- ①えびクリームライス②かつおめし③
- 餃子!④食べたいものを食べること⑤嫌いな食べ物を食べてみたら美味しいよ!いったん食べてみよう。

アダム先生

- ①カレーライス②どれも大好き!③ミ
- ントソースをそえたローストラム④水をたくさん飲むこと。私はいつも水筒を持っています。⑤調理のみなさんはとても上手に料理を作ってくれています。みなさんも料理を楽しんでください。

小林先生

- ①クリスマスのローストチキン②キムチ
- を使った料理③手作りの誕生日ケーキ④料理や食材の良さを見つけながら食べること⑤「食べることは生きること」しっかり食べて元気に過ごしてください。

木村先生

- ①カレーライス②大根おろしスパゲティ。家でもよく作ります。③けんちん汁。鶏肉を入らず、豆腐を細かくつぶして炒ったものを使います。④野菜を多く使うこと。⑤手のこんだメニュー、さまざまな食材など、給食ってすごいと毎回思います。好きなメニューが出たら、ぜひおうちでも作ってみてください。我が家は「あぶたま丼」と「ワントンスープ」が人気で、先生の子どもが作ってくれます。

石塚先生

- ①すべてです。素早くおかわりするために配膳台に近い席を希望していました。②すべてです。給食が人生の楽しみです。③唐揚げ④我慢しないこと。その日に食べたいものを目一杯食べています。⑤大人になればなるほど、給食のありがたみを実感します。かけがえのない給食ライフを大切にしてください。

佐久間先生

- ①ソフト麺②ビスキュイパン③父親が作るも
- つ煮④美味しいものをたくさん食べて心の栄養を蓄えています。⑤作ってくれた人に感謝を忘れず、美味しくたくさん食べましょう!

平松先生

- ①ソフト麺②あぶたま丼③風邪をひくと作
- ってもらえたチーズケーキ④栄養バランス⑤体は食べたものでできているそうです。バランスよく食べて元気に生きましょう。

城山先生

- ①ハンバーグ②チキンチキンごぼう③オ
- ムライス④バランスよく食べること⑤赤二中の給食は美味しいので、残さずたくさん食べて体力をつけていきましょう!