

2月

令和7年度岩見沢市教育委員会 学校給食課

## 給食だより

たんたん ニン太

給食に関する質問等は、学校給食課までご連絡ください。(Tel 22-4008) e-mail: kyusyoku@city.iwamizawa.lg.jp

食育目標

バランスよく食べよう

給食目標

給食のマナーを考えて食べよう

毎月、食育・給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。ぜひお子様と一緒に読んでください。

給食費は期日までの納入をおねがいします。給食費は、食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の管理費などは全て市の負担です。



学校給食ブログ  
QRコード

## 給食の決まり・食事のマナーを守りましょう

マナーとは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食器の持ち方や姿勢、話す内容に気を配り、一緒に食べる人にいやな思いをさせないことやきれいに食べるために守ってほしい大切なことです。

<p>給食の前に、机の上を片付けましょう。</p>	<p>手をきれいに洗いましょう。</p>	<p>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう。</p>
<p>協力して準備をしましょう。</p>	<p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう。</p>	<p>姿勢よく、持てる食器は手に持って食べましょう。</p>
<p>食べ物、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう。</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしましょう。</p>	<p>食器は大切に扱いましょう。</p>

## 食に関する指導

1月 28日 南小5年生  
志文小3年1組  
1月 30日 岩小5年生  
志文小3年2組

## アンケート調査します

今後の給食に役立てるため、全校児童生徒・教職員から、アンケート調査を行います。令和8年2月6日までに Google フォームで回答していただきます。ご協力をよろしくお願いします。

## ★節分の日こんだて

Aコース 3日(火)・Bコース 4日(水)

2月3日の節分にちなんで、行事食として「いわしのハンバーグ」、「大豆とひじきの煮物」が登場します。節分の日、焼いたいわしの頭を柵の枝に刺して玄関に飾ったり、大豆を炒ったものをまいて鬼をはらう風習があります。

福豆

大豆を炒ったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。

よくかんで食べよう！

## ★たんたんの日こんだて

Aコース 19日(木)・Bコース 20日(金)

豆腐のみそ汁の「玉ねぎ、手作りみそ」と、とり天の衣に使用している「米粉」が岩見沢産ですよ。

## ★岩見沢小6年生が考えたこんだて

Aコース 26日(木)・Bコース 27日(金)

岩見沢小学校6年生が、食育の授業で考えた献立の登場です。ユニークなネーミングがとっても食欲をそそる中華風の献立です。ぜひお楽しみに♪

## 岩見沢市学校給食ブログ見てね！

市民の皆様や保護者の方々に給食の魅力をより身近に感じていただけるよう「岩見沢市学校給食ブログ Supported by 岩見沢小」を立ち上げました！岩見沢小学校で日々更新されるブログの中から「給食」に関する投稿を特別にピックアップしていただき、発信します。子どもたちが毎日食べている献立の紹介はもちろん、地産地消についてなど、学校現場の熱量をそのままお届けします。右上のQRコードから、ぜひご覧ください。



ニン太の レッツ  
COOKING♪  
すき焼き風煮

## 材料(4人分)

・豚ももスライス肉…80g	・油 …80g
・糸こんにゃく …40g	・しょうゆ…大さじ1
・焼き豆腐 …40g	・酒 …小さじ1
・玉ねぎ …1/2 個	・三温糖 …小さじ2
・長ねぎ …25g	・みりん …小さじ1
・白菜 …1枚	・だし汁 …大さじ2

## ～つくり方～

- ① 豚肉は一口大、糸こんにゃくは3cm、焼き豆腐は1cm角、玉ねぎはスライス、長ねぎは1cm、白菜は1.5cmに切っておく。
- ② 油を熱し、豚肉、酒を入れて炒める。
- ③ 玉ねぎ、白菜を入れて炒める。
- ④ だし汁を入れて煮て、糸こんにゃくを入れる。
- ⑤ 三温糖、しょうゆ、みりんを入れる。
- ⑥ 焼き豆腐を入れて煮る。
- ⑦ 長ねぎを入れて一煮立ちさせてできあがり♪

♥ 豚肉・焼き豆腐・野菜がそろったバランスのよい一品で、甘じょっぱい味つけがごはんのおかずとしてぴったりの相性です。ご家庭でもいかがですか？