

# 給食だより

渋谷区立富谷小学校  
令和6年度 2月号

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。家族や友達と食事をとることで、人とのつながりを深めたり心が和んだりします。楽しく食事をするために、どのような工夫ができるでしょうか。皆さんで考えてみませんか？



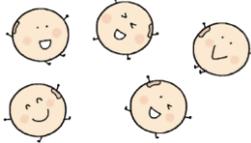
## 目指せ 食事マナーの達人



食事マナーとは、一緒に食べる人にいやな思いをさせないために思いやりの気持ちをあらわすものです。背筋を伸ばして姿勢よく座り、食事の前には「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、話す内容や雰囲気気を付けましょう。

つくってみませんか？

### きなこまめ



### ★材料 (4人分)

炒り大豆	・・・	26g
きな粉	・・・	4g
砂糖	・・・	18g
水	・・・	3g

### ★作り方

- ①砂糖と水を火にかけ煮立たせる。
- ②弱火にして大豆を加える。粉がふく状態まで炒る。
- ③きな粉を加える。

## ★リクエスト給食★

### アンケート結果

給食委員会で人気メニューについてアンケートをとりました。

2月と3月に分けてリクエスト給食を実施します。

(主食)

- 1位 あげげパン
- 2位 みそラーメン
- 3位 ほうとう・カレー

(おかず)

- 1位 からあげ
- 2位 かりかりあぶらあげサラダ
- 3位 おでん・ししゃものおかきあ

(デザート)

- 1位 オレンジシャーベット
- 2位 スイートポテト
- 3位 フルーツポンチ

### 今月の給食目標は

残さず食べて じょうぶな体