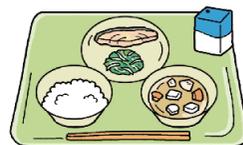


給食だより

令和8年2月号
佐倉市立下志津小学校

☆おうちのひとといっしょによみましょう。

暦の上では、春…とはいうものの、まだまだ寒い日が続き、体調を崩しやすい季節です。日頃から栄養バランスのよい食事、適度な運動、十分な睡眠を心がけて元気に過ごしましょう。



全国学校給食週間 下志津小の取り組み

1月24日～30日の週、下志津小では地場産物を食材として生かした献立や「はじまりの給食」の再現など、子どもたちに給食の意義や役割を理解してもらうための取り組みを行いました。また市の取り組みとして、「佐倉市統一献立」を1/27に実施しました。



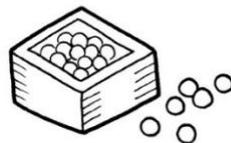
- 26(月) ^{きょうしゅく}給食はじまり^{こんだて}献立
- 27(火) 佐倉市統一献立
- 28(水) ^{ちばけん}千葉県の^{きょうど}郷土料理
- 29(木) ^{しめいとし}姉妹都市オランダ料理
- 30(金) ^{わかさんけん}和歌山県の郷土料理

【～はじまりの給食～再現・アレンジ】

2月3日は、節分です。給食は、節分献立になります。
節分にちなみ、いわしの甘露煮と福豆が給食に出ます。

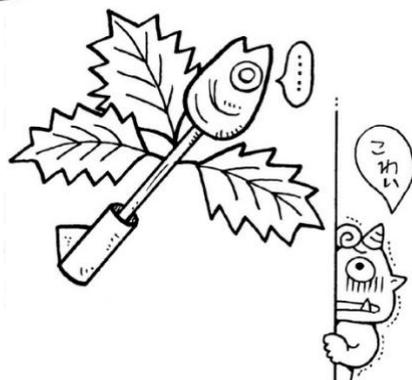


節分



節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。もとは、立冬や立夏、立秋などの前日も節分といわれていました。

「鬼は外」のかけ声とともに、豆をまくことは、豆にある「霊力」をもって、災いをはらう意味があります。また、この日には、ひいらぎの枝にいわしの頭を刺して門や軒下に立て、邪気をはらうという習慣もあります。



～食育の様子～ 【1年生】学級活動



体の中での働きによって食べ物は3つのグループに分けられ、健康に過ごすためにはどの食品も食べることが大切なことを学びました。



健康な体づくりは毎日の心がけが大切です。右の項目を意識して生活してみましょう。



生活習慣病予防は今からはじめよう！

- ① 食べすぎない
- ② 朝ごはんを毎日しっかり食べる
- ③ 栄養バランスのよい食事をする
- ④ 糖分、脂質、塩分をとりすぎない
- ⑤ 野菜や果物をしっかり食べる
- ⑥ 食物繊維の多い食品を食べる
- ⑦ よくかんで、早食いをしない
- ⑧ 外遊びや運動をほとんど毎日行う



《お知らせ》3月分の給食費について

2月は給食費の決算月となります。各学年、校外学習などで給食回数が異なり、3月分の給食費で調整をいたしますので、下記の表をご確認ください。

	3月分振替金額	調整回数	調整対象となる行事
1年生	5,000円	0回	
2年生	5,000円	0回	
3年生	4,700円	1回分	10/3 校外学習
4年生	4,700円	1回分	10/29 校外学習
5年生	4,400円	2回分	7/3 小見川宿泊学習 7/4
6年生	4,400円	2回分	11/13 修学旅行 11/14

*今年度は1食300円です。*全学年1回は校外学習を実施しているため、2回目以降のものが調整対象となります。

今年度も給食費の口座振替にご協力いただき、ありがとうございました。