

きゅうしょくだより

いただきます

令和8年(2026年)
2月号 第2向陽小学校



さむ ま からだ つく 寒さに負けない体を作ろう

寒い日が増えましたが、元気にお過ごしていますか。風邪などの感染症の予防には、手洗い・うがいの他に、規則正しい生活を心がけることが大切です。生活習慣慣が乱れると免疫機能の低下につながり、体調を崩しやすくなります。寒さに負けずに元気にすごせる体づくりをしましょう。



てあら
手洗い・うがい



バランスの
とれた食事



じゅうぶん
十分な睡眠



てきど
適度な運動

ねんせい た げんき しる 5年生「食べて元気に」おみそ汁ー1グランプリ

12月に5年生が家庭科の授業で「食べて元気に」おみそ汁ー1グランプリを開催しました。どのクラスも工夫を凝らしたおみそ汁がそろい1番を選ぶのが大変でした！悩みに悩んで決めた各クラスのナンバーワンおみそ汁を2月の給食で提供します。とっても美味しかったので是非ご家庭でも作ってみて下さい。

5-1白菜のみそ汁(1人分)

白菜30g ベーコン40g
もやし50g だし200g
みそ9g

火の通りにくい物から順に
だしで煮て、みそをとく。

5-2食感シャキシャキみそ汁(1人分)

豆腐35g れんこん25g
えのきだけ25g ねぎ10g
だし200g みそ9g

火の通りにくい物から順に
だしで煮て、みそをとく。

5-3秋の5色みそ汁

さつまいも30g 卵20g
しめじ10g ねぎ10g
火の通りにくい物から順に
だしで煮て、みそをとく。
溶き卵を入れる。

6年生お祝い給食を楽しもう！

6年生の卒業をお祝いするために、6年生がアンケートで選んだ好きな献立を組み合わせた給食を提供します。まずは、6年生が好きな給食の1位を組み合わせた献立を全校で楽しめます。6年生だけのお祝い給食として、特別にいつもより品数を増やしたバイキング給食も実施します。アンケートで人気だった献立を少量化ずつ組み合わせます。（1～5年生は通常通りの給食です。）楽しみにしていてくださいね。

2月10日 全校で楽しもう！人気No1献立！

コッペパン 牛乳 かしわのこはくあげ
ABCスープ



2月24日 6年1組 バイキング給食

揚げパン(ココア・抹茶・きなこ)
チキンライス 牛乳 ヤンニヨムチキン
ワンタンスープ ココアプリン 冷凍みかん



3月10日 6年2組 バイキング給食

揚げパン(ココア・抹茶・きなこ) チキンライス
牛乳 焼きコロッケ 糸寒天のスープ
抹茶プリン フルーツのヨーグルトあえ



3月17日 6年3組 バイキング給食

揚げパン(ココア・抹茶・きなこ) チキンライス
牛乳 かしわのこはくあげ フライドポテト
じゃがいもとベーコンのスープ
抹茶プリン 冷凍みかん

