

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



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。



手洗い・うがい



バランスのとれた食事



十分な睡眠



適度な運動

5年生「食べて元気に」おみそ汁－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－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ください。

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
だして煮て、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
だして煮て、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
だして煮て、みそをとく。
溶き卵を入れる。

ねんせい いわ きゅうしょく たの 6年生お祝い給食を楽しもう！

ねんせい そつぎょう いわ ねんせい えら す こんだて
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
く あ きゅうしょく ていきょう ねんせい す きゅうしょく い く
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
あ こんだて ぜんこう たの ねんせい いわ きゅうしょく とくべつ
合わせた献立を全校で楽しみます。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
こんだて しょうりょう く あ ねんせい つうじょうどお きゅうしょく たの
献立を少量ずつ組み合わせます。(1～5年生は通常通りの給食です。) 楽
しみにしてくださいね。

がつ にち ぜんこう たの にんき こんだて
2月10日 全校で楽しもう！人気No1献立！

ぎゅうにゅう かしわのこはくあげ
コッペパン 牛乳 かしわのこはくあげ
ABC スープ



がつ にち ねん くみ きゅうしょく
2月24日 6年1組 バイキング給食

あ まっちゃ きなこ
揚げパン(ココア・抹茶・きなこ)
ぎゅうにゅう ちきん ゃんニョムチキン
チキンライス 牛乳 ヤンニョムチキン
ワンタンスープ ココアプリン れいとう
冷凍みかん

がつ にち ねん くみ きゅうしょく
3月10日 6年2組 バイキング給食

あ まっちゃ きなこ ちきん
揚げパン(ココア・抹茶・きなこ) チキンライス
ぎゅうにゅう や いとかんてん
牛乳 焼きコロッケ 糸寒天のスープ
まっちゃ
抹茶プリン フルーツのヨーグルトあえ



がつ にち ねん くみ きゅうしょく
3月17日 6年3組 バイキング給食

あ まっちゃ きなこ ちきん
揚げパン(ココア・抹茶・きなこ) チキンライス
ぎゅうにゅう 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
まっちゃ れいとう
抹茶プリン 冷凍みかん

