

# 2月 ハッピーランチ

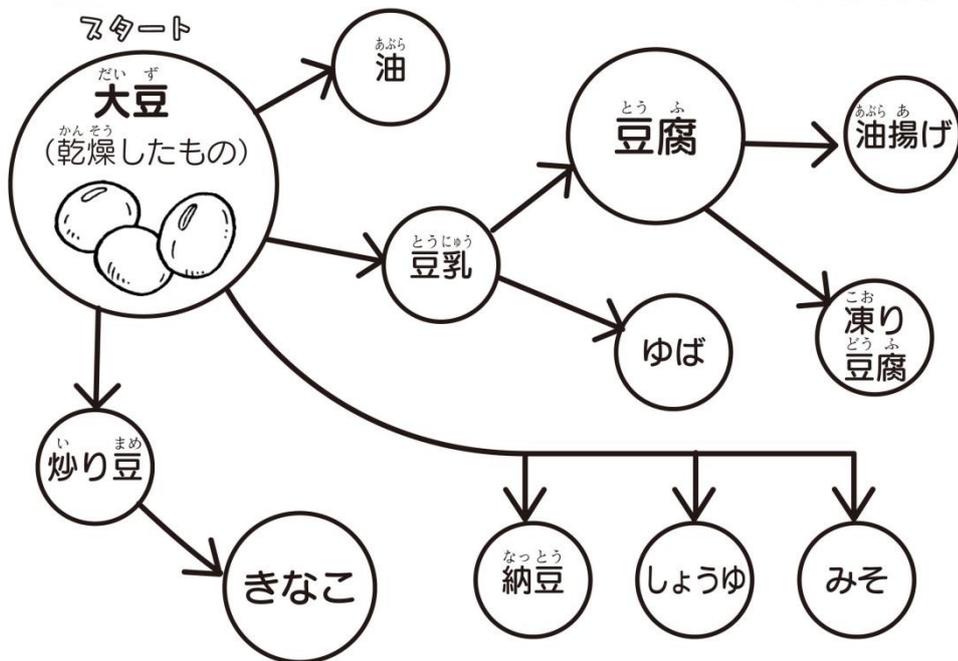
暦の上では立春を過ぎたとは言え、雪も舞う寒い日が続いています。しかし、子どもたちはマラソン・縄跳び週間ということで、外で元気に運動しています。それを見習って、私も一緒にマラソンを頑張りたいと思います。

2月3日は節分でした。豆まきをした人もいると思います。豆まきによく使われる大豆は、いろいろな食べ物に変身するスーパーマンです。どんな食べ物に変身するか知っていますか？

## 大豆が変身していくよ！

**ヒント** 加工はひとつだけじゃないものもたくさんあります。

★変身するためには、どんな加工が必要なのか、加工方法の例を参考にしながら表に書いてみましょう。



### 加工方法の例

- ・水につける
- ・煮る
- ・発酵させる
- など

大豆はさまざまな加工によって、いろいろな食品に変化します。昔からわたしたちの食生活に欠かせない大豆製品を調べてみましょう。

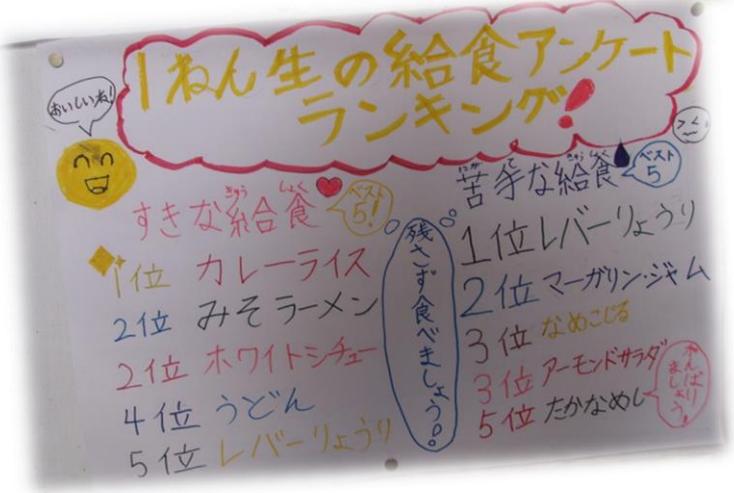
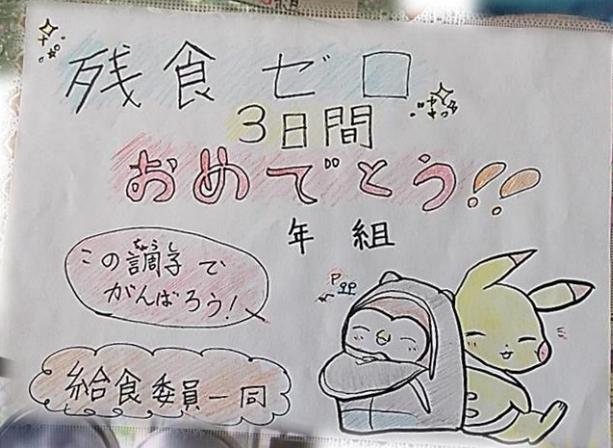
給食にもたくさん使われている大豆製品。大豆は「畑の肉」と言われるほど質の良いたんぱく質が多く含まれています。そのほかにも、みなさんの成長や健康に欠かせない栄養素が含まれていますので、残さず食べましょう。

# ～給食週間の取り組み～



千代小学校では1月29日～2月2日までを給食週間とし、給食委員会を中心に様々な取り組みを行いました。

給食委員会の取り組み、各クラスからの心温まるメッセージを紹介します。



給食週間では、あらためて食の大切さと、調理に携わって下さる方々への感謝の気持ちをもつことができました。

児童の作品は、給食室・保健室前に掲示しておりますので、授業参観の際などにご覧ください。