

2月きゅっしょくだより

【問い合わせ】
みんなのくるりんキッチン
東調理場
☎ 042-527-2160

1年の幸福を願う「節分」の行事

2月3日 節分



立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギワシ（ヤイカガシ）を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼（邪気）”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために進んでいた風習が始まりとされています。（※諸説あります）

節分にまつわる食べ物

福豆

大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

よくかんで食べよう！



恵方巻き

太巻きずし。その年の歳神様がいらっしゃる“恵方”を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

2026年の恵方は「南南東」



出典：学校給食 2027年1月号（全国学校給食協会）



給食試食会のお知らせ

学校給食に対する理解を深めていただくため、試食会を開催いたします。希望する方は試食後、西調理場2階の見学通路から施設見学することも可能です。ぜひともご参加ください！

開催日時：令和8年3月4日（水） 11時30分～13時（希望者は終了後施設見学 13時30分まで）
開催場所：立川市学校給食西共同調理場（立川市泉町1156-14）
試食する給食：西調理場小学校 Aブロック 費用は、334円です。
対象者：立川市立小・中学校（全校）保護者の皆さま 定員40名
定員超過時は、1、2学期の試食会に参加されていない方を優先した抽選となります。
申し込み方法：右下の申し込みフォーム、または、電話（529-3511）での受付
（1月26日（月）8：30～2月6日（金）17：00）
参加の可否は、2月18日（水）までにお知らせします。
問い合わせ：学校給食課 西調理場係
電話 042-529-3511

案内チラシ▶



◀申し込みフォーム

大豆を食べましょう

大豆は体をつくるもとになる「たんぱく質」を豊富に含むことから「畑の肉」とも呼ばれ、肉に代わる「代替肉」の原料としても注目されています。黄大豆、黒大豆（黒豆）、青大豆の3種類あります。いろいろな食品や調味料の原料として、私たちの食卓を豊かにするだけでなく、健康な食生活を支えてくれる大切な食べ物です。家庭でも大豆や枝豆、大豆からできる加工品（豆腐、油揚げ、納豆、豆乳など）を積極的に食べてほしいです。

おうちでつくろう！給食レシピ



このコーナーでは、毎月給食を提供する料理のレシピを紹介していきます。魚料理、豆を使用した料理、海藻・野菜を使用した料理の中でご家庭でも作りやすいレシピをご紹介します。ぜひお子さんと一緒に作ってみてください。今回は魚を使った料理です。

材料（4人分）

いわし（開いたもの） 4枚
でん粉 大さじ3
揚げ油 適量
【ピリ辛ソース】
しょうが 少々
にんにく 少々
ねぎ 1/4本
ごま油 小さじ1/2
★砂糖 大さじ1
★こいくちしょうゆ 大さじ1
★酒 小さじ1
★トウバンジャン 少々
★みりん 小さじ1/2
水 大さじ1

作り方

- ① しょうが、にんにくは、みじん切りにする。ねぎは、粗みじん切りにする。
- ② ごま油を熱し①を炒め、★の調味料と水を加えて煮てピリ辛ソースを作る。
- ③ いわしに、でん粉をつけて、揚げる。
- ④ ③に②のピリ辛ソースをかけて出来上がり。



としゅきゅっしょく

今年度も図書は中央図書館児童青少年サービス係に推薦してもらっています。

『だいこんさん おふろに はいる』

岡田よしとか 作・絵 PHP研究所

「きょうは おりょうりしてもらおう ひや。おふろ はいって きれいになる」
大根のきょうだいが湯船に入っていると、ブリが現れて…!?

大根のきょうだいが繰り広げる関西弁の掛け合いのテンポが良く、ユーモアたっぷりの絵本です。

引用：PHP研究所

Let's try to use English ! の答え

ブロッコリー→broccoli キャベツ→cabbage うど→udo だいこん→Japanese white radish
ねぎ→green onion はくさい→Chinese cabbage

立川市ホームページ内で

東調理場 小学校給食の献立



と検索！



こちらからもホームページがご覧いただけます。