

# 給食だより



## 2月



港区立赤坂中学校

2月4日は立春です。立春を過ぎると暦の上では春ですが、まだまだ寒さの厳しい日が続きます。また、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行しやすい季節です。体調管理のため、規則正しい生活とバランスのよい食生活を心がけましょう。



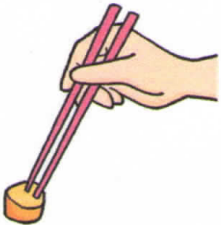

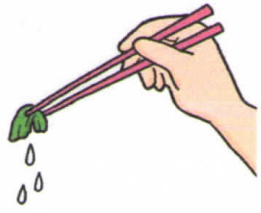

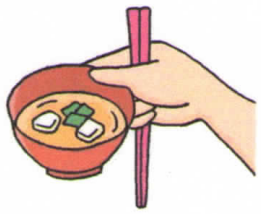

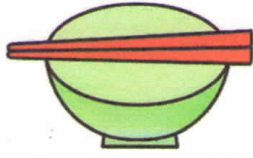
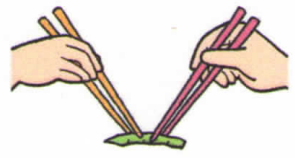
マナー違反に注意!

## きらいばし



見た目が良くなかったり、縁起が悪かったりするなど、一緒に食事をする人が見ていて不快な気持ちになる箸の使い方を「嫌い箸」と呼びます。

嫌い箸は全部で数十種類ありますが、その中からいくつかの嫌い箸を紹介します。自分が食事中に嫌い箸をしていないか、注意してみましょう。

<p>【刺し箸】 箸で食べ物をつき刺すこと。</p> 	<p>【寄せ箸】 食器をはして寄せること。器や机を傷つけてしまう。</p> 	<p>【涙箸】 箸の先から料理の汁を下に落とすこと。</p> 	<p>【ねぶり箸】 箸をなめること。 【くわえ箸】 箸をくわえること。</p> 
<p>【持ち箸】 箸を持った手で食器を持つこと。</p> 	<p>【探り箸】 器の中の料理を箸でかき回して探ること。</p> 	<p>【渡し箸】 食事中に箸を食器の上に置くこと。 食事が終わったことを意味する。</p> 	<p>【箸渡し】 箸から箸へ食べ物を受け渡すこと。</p> 

**【かき箸】**  
 食器のふちに口をあて、箸で料理をかきこむこと。



**【指し箸】**  
 箸の先で人や物を指すこと。



はしの達人になろう！ はしの取り上げ方

①



はしの中央から少し右のところを、右手で上から取り上げます。

②



はしの中央から少し左のところを、左手で下から軽く添えます。

③



右手を右端にすべらせて下側に回り込ませ、はしを持ちます。

④



左手を外してから、料理をいただきます。

## 2月の献立紹介

### 3日(月)行事献立「節分」

節分は立春の前日、冬が終わり春に移るとい季節の変わり目を意味します。

節分のような季節の変わり目には悪いが入りやすいと考えられていたため、豆をまき災いを追い払おうとしました。悪いことを“鬼”に例えるのは、災害や病気などの恐ろしい出来事が鬼のしわざだと考えられていたためです。

### 7日(金)「東京都にゆかひのある食材を使った献立」

「鶏の江戸甘みそだれ焼き」に使用する江戸甘みそは、どじょう汁、鯉こくなどの江戸のみそ料理に欠かせない存在だったようです。麴が多く塩分が少ないのが特徴で、たっぷり使っても味が濃くならず、みその風味を強く出すことができます。

「明日葉うどんのすまし汁」には、伊豆諸島産の明日葉の粉末を練りこんだ「明日葉うどん」を使用します。

#### 2月使用予定の特別栽培農産物

- 10日(月) スイートスプリング（上田温州とはっさくの交配種）

※果物の生育や収穫状況により、使用する果物に変更となる場合があります。