

2月給食だより



令和3年1月29日
品川区立鈴ヶ森中学校
栄養士 西田 誉唯子

もうすぐ立春、暦の上では春を迎えようとしています、まだまだ寒い日が続きます。栄養バランスの良い食事で抵抗力を高め、病気に負けない身体づくりをしましょう。9年生はいよいよ受験本番ですね。体調管理はうまくできていますか？体調管理には、食事の内容もちろん大切ですが、この時期は空気が乾燥しているため、こまめな水分補給が大切です。のどの乾燥が風邪の原因にもなることがあります。起きたときや寝る前、食事中、入浴の前後など、タイミングを見て水分補給を心がけましょう！



2月の献立紹介

2/2 (火) *節分献立*

2021年の「節分」は明治30年以来、なんと124年ぶりに「2月2日」になります。今年は立春が1日早いことから、節分も早まるそうです。

2/9 (火) *29の日献立(和牛肉)*

肉の日にちなんで、「焼肉ごはん」です。この日に使用する牛肉は、なんと黒毛和牛のA4ランク！実はコロナで打撃を受けている生産者を支援するため、東京都は学校給食提供事業を行うこととなりました。これを受けて和牛肉が無償提供されることになり、2月は和牛肉給食が全3回組み込まれています。(2/24、2/26) お楽しみに！！

2/12 (木) *バレンタイン献立*

バレンタイン直前の給食は、手作りのブラウニーが登場します。

2/19 (金) *9年生応援献立*

受験に勝つ！という願いを込めてカツカレーにしました。心を込めて作ります。

いのちをいただきます

今回行う和牛肉給食提供事業では、生産者を支援するためだけでなく、コロナ禍で更に深刻な問題となっている、食品ロスを防ぐためでもあります。「いただきます」には「いのちをいただきます」という意味が込められています。私たちは植物や動物に命をつないでもらっているのです。この機会に、どのようにして家畜が出荷されているのかを知りましょう。

～牛肉が食卓に並ぶまで～

【育成・肥育】



肉用牛は大きく3つに分けられます

①乳用種 ②肉専用種 ③交雑種

乳用種と交雑種は酪農家で生まれ、20カ月770kgほどで出荷。肉専用種は約30カ月750kgほどで出荷されます。



出荷され、食肉センター（と畜場）へ

【と畜・解体】

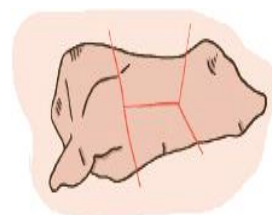
獣医師である検査員が生体検査を行います。解体前、解体後に検査を行います。検査で異常があると廃棄されてしまいます。



【食肉処理・加工】

加工室に搬入後、「まえ」「ともばら」「ロイン」「もも」の4つの大きな部位に分割されます。

さらに余分な脂肪の除去、除骨がなされ、部位肉になり、真空包装された後、段ボールなどに詰められます。



【精肉・販売】

厚切り、薄切り、ひき肉など、すぐに料理できる状態に加工され、店先で販売されます。



【食卓へ】

