

食育だより

貝塚市立第二中学校

(No.7)

2019.12



明日から冬休みが始まります。クリスマスやお正月など楽しい行事もありますね。夜更ししたくなりますが、体調を崩さないように冬休みを過ごして下さい。

牛乳残本数について



2学期の牛乳残渣率は、9月は31.8%、10月が32.8%でした。(11月と12月はまだ集計中です)

たくさん牛乳が残っています! 寒くなってきた、冷たい牛乳が飲みづらくなっているのかもしれない*

冬休みになると普段の学校がある時よりも牛乳を飲む機会が減ってきます。冬休み中でも牛乳やチーズ、ヨーグルト、小魚などカルシウムを摂るように心がけましょう。



12/25はクリスマス!!

「シュトーレン」というお菓子を知っていますか?

シュトーレンはパンのように発酵させて作ったドイツで有名なお菓子です。1か月ほど日持ちがするのでクリスマスまでに毎日1切れずつ切って、味の変化を楽しみながら食べるそうです。ドイツではクリスマスのおくりものとして司教様に献上されていました。シュトーレンの形が、生誕したイエスキリストの形をあらわしていて、約700年前も前から大切にされてきたお菓子です。

