



給食だより



1月

新年あけましておめでとうございます

今年も給食室一同、安心安全でおいしいな給食を作っていきます。

宜しくお願いいたします。

さて、年末年始は元気に過ごせましたか？生活リズムの乱れている人はいませんか？
十分な休息と栄養をとって体調管理に気をつけましょう。



受け継ごう 日本の食文化

地域や家庭に伝わる行事食を知ってつくったり、食べたりしましょう。



おせち料理



おせち料理は、もともと、節日（季節のかわり目）に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ



七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）のことです。



全国学校給食週間



給食が始まったのはいつから？

日本の学校給食は、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校において、明治22年に無償で始まったとされています。その目的は、貧困児を救うためのものでした。

給食に牛乳が出るのはどうして？

成長期に骨量を高めることは、骨づくりや骨粗しょう症予防のために重要です。牛乳はカルシウムを豊富に含み、吸収率も優れているため給食に出されているのです。

冬に多い ノロウイルス

ノロウイルスによる食中毒は冬に多発し、おう吐や下痢などの症状があります。

感染者によって直接または間接的に汚染された食品や、加熱不十分な食品を食べることで感染します。しっかりと手洗いを行って予防しましょう。

★今月の給食から★

- ・20日(月)：大寒
寒ブリと凍り豆腐のおろし煮
- ・24日(金)～29日(水)：学校給食週間
- ・30日(木)調理校石原小学校開校記念献立

<お知らせ>

- ・1月9日(木)～14日(火)：
1年生はスキー教室・振替休業日の為給食なし
- ・1月24日(金)：
8組は校外学習の為給食なし