

食育&給食だより



がつきゅうしよくむくひょう
1月給食目標

かんしゃ きも た
感謝の気持ちをもって食べよう

一月は正月や七草などの年中行事があります。年中行事には昔から食べ継がれている特別な食べ物があり、それを行事食と言います。行事食はもともと神仏に供えて、その後、供え物を下げて頂くものでした。行事食を作ったり、食べたりして、日本の文化を受け継いでいきたいですね。そして一年を健康に過ごしましょう。

しょう がつ
正月(1/1~)

りょうり
おせち料理

しんねんへの願いを込めた、縁起の良い食べ物が使われます。



そうに
お雑煮

ひがしにほんはおもに角餅、にしにほんはおもに丸餅を入れます。地域によってだしや味付けも違います。

ひきなは大根やにんじんの千切りをさつと湯がき、凍らせたもので、宮城県
の雑煮には欠かせません。



かんとうふうぞうじゆ
関東風雑煮



かんさいふうぞうじゆ
関西風雑煮



あん餅ぞうじゆ
あん餅雑煮



あずきぞうじゆ
小豆雑煮

じん じつ
人日の節句(1/7)

ななくさ
七草がゆ

7種類の若菜を入れたおかゆを食べ、
1年の無病息災を願います。

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(大根)」のことです。



かがみ びら
鏡開き(1/11)

しるこ
お汁粉

としかみさまへ供えてあった鏡もちを小さく割り、お汁粉やお雑煮などに入れて食べ、1年の幸せを願います。



ぜん かく がつ こうきゅうしよくしゅうかん
1月24日~30日は、全国学校給食週間です！

日本の給食は明治22年山形県鶴岡町で始まりました。当初は、貧しい子供たちを救済するために無料でおにぎりや焼き魚、漬物が用意されたことが始まりだと言われています。昭和29年の「学校給食法」の公布により、教育の一環としてとらえていくこととなりました。



がっ こうきゅうしよく
学校給食の移り変わりを見てみよう！

めいじ ねん
明治22年

しりつちゅうあいしょうがっこう
私立忠愛小学校で
提供されたといわれる
きゅうしよく
給食。

せんご しょうわ
戦後(昭和20~30年代)

しえんぶつし だっしふんにゆう
支援物資の脱脂乳や
かんづめ こむぎこ
缶詰、小麦粉などを使っ
てきゅうしよく
た給食。

げんざい
現在

ちいき
地域で取れる旬の食材を取り入れ、郷土
りょうり きょうじしよく せかい りょうり
料理や行事食、世界の料理など、食育
きょうじしよく せかい りょうり
の教材となる給食。

こんだて しゅるい
献立の種類や
品目が増えて
いるね！

