

食育&給食だより



1月給食目標 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。

正月(1/1~) おせち料理



新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物が使われます。



そうにお雑煮



東日本はおもに角餅、西日本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。

ひきは太根やにんじんの千切りをさつと湯がき、凍らせたもので、宮城県みやぎけんの雑煮には欠かせません。



関東風雑煮



関西風雑煮



あん餅雑煮



小豆雑煮

人日の節句(1/7)

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。

鏡開き(1/11)



お汁粉



歳神様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。

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。



学校給食の移り変わりを見てみよう！

明治22年	戦後(昭和20~30年代)	現在
<p>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給食。</p>	<p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。</p>	<p>地域で取れる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。</p>

献立の種類や品目が増えてきているね！

