



きゅうしょく

給食だより

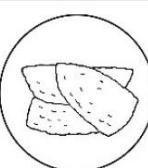
新年を迎えました。みなさんはどんな冬休みを過ごしましたか？日本では、お正月に「おせち」を食べる習慣があります。おせちには、一品ごとに意味が込められています。日本の伝統を継承していくためにも、日本の行事食について学んでみましょう。また、今月は、全国学校給食週間があります。いつも食べている給食の始まりや歴史を学び、給食の役割についても考えてみましょう。給食センターでも、給食週間にテーマを決めて給食を提供します。今年もみんなに喜んでもらえるよう、美味しい給食を作っていくますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



おせち料理のいわれ

正月に食べるおせち料理には、健康や長寿などの祈りが込められています。

数の子



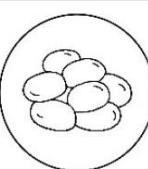
数の子は、にしんの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いが込められています。

田づくり



田んぼにこいわしの肥料をまいたことから、田づくりと呼ばれ、豊作の願いがあります。

黒豆



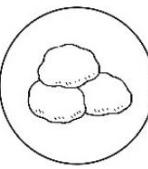
まめは、まめに働き（勤勉）、まめに生きる（健康）という願いがあります。

こぶ巻き



昔は「ひろめ」と呼ばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。

きんとん



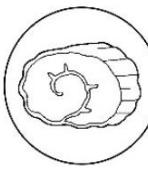
きんとん（金団）には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。

えび



えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いが込められています。

伊達巻き



巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。

1月24日～30日は、

全国学校給食週間です！



全国学校給食週間は、学校給食の意義

や役割などについて理解と関心を高め、

より一層の充実をはかることを目的として

定められました。給食は、栄養バランスの

よい食事で成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する知識と望ましい

食習慣を身につけるために重要な役割を

果たしています。

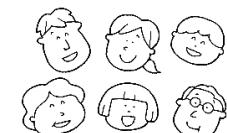
日本の学校給食は、山形県鶴岡町の私立

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。貧困児を救うためのものでした。

学校給食は長く続いている、食べててきた保護者の方も多いと思います。好きだった献立や、

印象深い出来事などをぜひ



お家で語り合ってみてください。

給食レシピ



【材料 4人分】

・油	小さじ1/2
・おろしにんにく	小さじ1/2
・鶏肉（小間）	80g
・酒	小さじ1
・にんじん	1/3本
・だいこん	輪切り2cm分
・水	440ml
・さといも	1個
・豆腐	1/6丁
・油揚げ	20g
・しょうゆ	小さじ2
・酒	小さじ1
・塩	小さじ1/3
・砂糖	小さじ2弱
・顆粒かつおだし	小さじ1
・小松菜	1株

A

☆作ってみよう！ おすすめレシピ

『田舎汁』～小学校献立 1/22～☆

(作り方)

- にんじん、だいこんはいちょう切り、さといもは乱切り、小松菜はざく切り、豆腐はさいの目切り、油揚げは短冊切りにし油抜きしておく。
- 熱した鍋に、油、にんにくを入れ、香りが立ったら鶏肉、酒、にんじん、だいこんの順に炒める。
- 食材がかぶるくらいのお湯を張り、アクを取る。
- さといもを加えて、食材に火が通ったら、豆腐、油揚げを入れて、Aを加え、味を調える。
- 最後に、小松菜、顆粒かつおだしを入れて、完成。

(※顆粒かつおだしは、塩分控えめのものを使用しています。)