



食育だより 1月

新年おめでとうございます。
新しい年を迎え、子どもたちも目標新たにやる気に満ちていることと思います。年末年始の休みで生活リズムは乱れがちです。生活リズムの乱れは健康にとって大敵です。食事はできるだけ決まった時間に食べ、規則正しい生活を心がけましょう。

全国学校給食週間 1月24日～30日

全国学校給食週間は、戦後アメリカの支援団体からの援助により学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の長い歴史を振り返り、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

知っているかな 学校給食の歴史

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。



脱脂粉乳って何？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどからの脱脂粉乳などの援助物資を受けて再開することができました。



昔の給食



家族で給食について 語り合ってみませんか



好きな献立や給食時間の印象深い出来事など、給食の思い出を家族みんなで話してみましょう。今の給食と昔の給食の違うところ、同じところなどを知ることができるかもしれません。

【 給食メニューランキング 】
企業が行った調査、「懐かしの給食メニュー」と「令和の子どもが好きな給食メニュー」の結果を紹介します。

懐かしの給食メニュー	令和の子どもが好きなメニュー
1位 揚げパン	カレーライス
2位 ソフト麺ミートソース	揚げパン
3位 わかめごはん	フルーツポンチ
4位 冷凍みかん	みそラーメン
5位 鯨の竜田揚げ	ABCパスタスープ
6位 ミルメーク	うどん
7位 ソフト麺カレー	鶏肉のから揚げ
8位 みそラーメン	わかめごはん
9位 フルーツポンチ	冷凍みかん
10位 牛乳	カレーうどん

今月の給食より

- 行事食等
- 季節の料理
- 地場産物（飯能市産）
- 旬の食材

鏡開き献立・・・10日 全国学校給食週間・・・24～30日（学校給食の歴史がわかるメニューが登場）
田舎雑煮、白菜のチャウダー、れんこんの挟み揚げ、大根の炒め煮
米、大豆
里芋、大根、白菜、小松菜、ほうれん草、れんこん、スイーツプリング、はるか



鏡開きは1月11日

1月11日は鏡開きの日です。お供えした鏡もちを下げたお汁粉にして食べます。鏡成ちは、年神様へお供えした神聖なものなので、刃物で切るのではなく、木づちや手などで小さく割ります。



給食では10日の日に白玉粉に豆腐を混ぜて作ったもちを入れたしょうゆ味の「田舎雑煮」を作ります。