

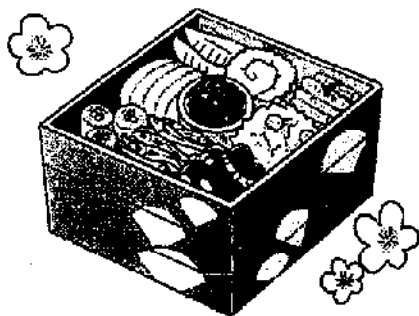
給食だより 1月

令和6年1月9日
 北区立岩淵小学校
 校長 野尻 史子
 栄養士 小河 春那



あけましておめでとうございます。新しい1年がスタートしました。正月に食べるおせち料理や雑煮などの行事食は、昔から食べ継がれていて、家庭や住んでいる地域によっていろいろな違いがあります。周りの友だちや先生と話してくらべてみましょう。

正月に食べるおせち料理

おせち料理は、もともと旧暦の季節のかわり目の「節日」に神様に供えて、それを家族で食べるものでした。本来は五節句（人日、上巳、端午、七夕、重陽）の時のものですが、のちに正月の料理だけを指すようになりました。



おせち料理の意味や込められた願い

<p>黒豆</p> <p>「まめ」は丈夫を意味し、健康に暮らせるようにという願いが込められています。</p> 	<p>数の子</p> <p>にしんの卵はたくさん数があることから、子孫繁栄の願いが込められています。</p> 
<p>田づくり</p> <p>かたくちいわしを肥料として田畑にまいて豊作になったことから、五穀豊穡を願っています。</p> 	<p>えび</p> <p>えびのように腰が曲がるまで長生きできるようにという願いが込められています。</p> 
<p>こぶ巻き</p> <p>よる「こぶ」の言葉にかけた、縁起ものです。</p> 	<p>きんとん</p> <p>「金団」と書き、財宝に見立てて、豊かな1年を願ったものといわれます。</p> 

～全国学校給食週間の献立紹介～

1月24日～1月30日は全国学校給食週間です。学校給食は、栄養バランスの取れた食事で成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する正しい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。全国学校給食週間を通して、改めて食と健康について、家族みんなで考える1週間にしてほしいと思います。

日	献立	紹介
24日 (水)	給食記念日おにぎり 牛乳 鮭の塩焼き 小松菜ともやしのおひたし すいとん汁	【最初の給食】全国学校給食週間初日は、全国で初めて給食が始まった山形県の学校が出していた、おにぎり・鮭の塩焼き・野菜料理を出します。今回は自分でおにぎりを作る、セルフおにぎりにしました。
25日 (木)	コッペパン・イチゴジャム 牛乳 くじらの竜田揚げ 千切りキャベツのサラダ ポタージュスープ	【昭和初期の給食】昭和初期は、主食はコッペパンが主流でした。さらに、今では手に入りにくくなりましたが、当時は手に入りやすく安価なくじら肉がよく出されていたそうです。
26日 (金)	干寿葱の焼き鳥丼 牛乳 東京都の小松菜のごま和え 亀戸大根のみそ汁	【東京の食材給食】東京都の千住で作られていた干寿葱を使った「干寿葱の焼き鳥丼」と東京都産の小松菜を使った小松菜のごま和えや東京の亀戸で作っている大根を使ったみそ汁を出します。
29日 (月)	昔ながらの揚げパン 牛乳 キャベツのカレーサラダ ワンタンスープ	【戦後の給食】戦後アメリカから寄贈された小麦粉でパンを作り、給食が再開されました。そのときに、古くなったパンをおいしく食べられるように、また足りないカロリーを補えるようにと考えられたのが、揚げパンです。
30日 (火)	キムチチャーハン さばのサラダ トックスープ	【世界の料理】今回は韓国料理を出します。韓国の国民食キムチを使った炒飯です。また、韓国のお正月によく食べられているトックという、うるち米で出来た歯切れの良いお餅が入ったスープも出します。