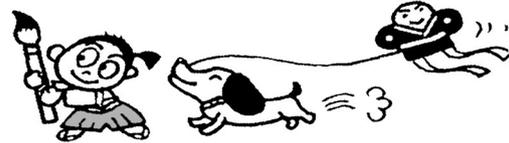


1月給食だより

令和6年1月9日発行
北区立十条小学校
校長 上原史士
管理栄養士

あけましておめでとうございます。冬休みが終わり、今日から給食が始まりました。今年も、子どもたちの健やかな健康と成長を願って、安全で美味しい給食を作っていきたいと思



～1月の給食について～

11日(木) かがみびら 鏡開き

1月11日は鏡開きです。鏡開きは、お供えした鏡もちを下げて、木づちなどでたたき割って食べる行事です。割ったおもちは、お雑煮やおしるこにして、無病息災を祈って、食べます。給食では、おしるこを出します。



12日(金) きょうどりょうり 郷土料理「北海道」

今月の郷土料理は、北海道です。お米は、北海道産の『ゆめぴりか』を使います。また、『鮭のちゃんちゃん焼き』は、北海道を代表する郷土料理です。鉄板で鮭と野菜を焼いた、みそ味の料理です。



15日(月) SDGs 献立 (エコふりかけ)

からし焼きのだし汁で使った、かつお節と昆布を炒って砂糖、しょうゆ、酢で味付けをして作ります。ごまと青のりが入ったふりかけです。



19日(金) せかいりょうり 世界の料理「ドイツ」

『ザワークラウト』は、キャベツを乳酸発酵させた漬け物が定番の保存食です。ソーセージや肉料理に添えて食べます。また、『アイントプフ』は、ドイツの家庭料理で、『ひとつの鍋で料理した』という意味がある、具だくさんのスープです。



24日(水)～30日(火)は学校給食週間です

学校給食は、明治22年、山形県の忠愛小学校で、家が貧しい子どもたちへ、無償で昼食を出したのが、始まりとされています。献立は、塩さけ、おにぎり、漬け物といわれています。現在の給食は、栄養バランスのとれた食事で、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。今では、豊かになった日本ですが、当時を振り返り食べ物に感謝したり、食生活を見つめ直したりする1週間です。

この期間中の給食は、『明治の給食』『昭和の給食』『平成の給食』を出します。また、東京都で採れた食材を使った『地産地消給食』を出します。東京都産のはちみつ・キムチ、八丈島のフルーツレモン・あしたば、千寿葱など珍しい食材が登場します。お楽しみに♪

