



令和3年1月8日  
北区立浮間小学校  
校長 宮崎 史隆  
栄養士 坂本 佳世子

あけましておめでとうございます。

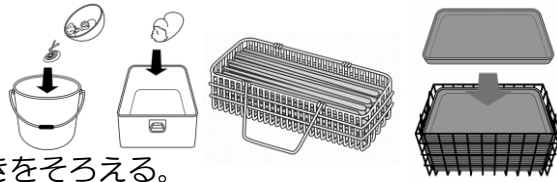
新しい1年が始まりました。みなさんはどのような冬休みを過ごしましたか？今年も元気いっぱい過ごせるよう早寝早起き朝ごはんを心がけ、苦手な食べ物にもチャレンジしてみましよう。

### 1月の給食目標：協力して片付けましよう

みなさんが片づけのときに少し気をつけると、調理員さんの仕事を助けてあげることができます。調理員さんに「一生懸命作ってよかったな」と思ってもらえるようきれいに片付けましよう。

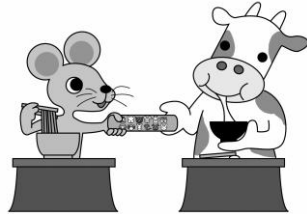
#### チェックポイント

- ① お皿の食べ残しは、食缶に戻す。
- ② おはし、スプーン、フォークなどは向きをそろえる。
- ③ おぼんの上に、ストローやストローのゴミがないようにする。



### 知っていますか？ 1月の食文化

1月は「睦月」ともいい、「みんなで仲睦まじくする月」ということから名づけられたと言われています。1年の幸せを願って行事食を食べます。



#### お正月の雰囲気はただようこんだて

(給食では1月13日にだします。)

田作り：昔、小さいイワシを田んぼの肥料にしたところ、お米がたくさんできたので、作物がたくさんとれますよという願いがこめられています。

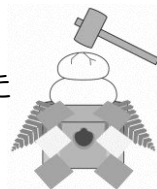
松風焼き：表面がごまでかざりつけされ、うらには何もついていません。ここから「うらがない」、つまりかくごとがなく、正直にいられるようにという思いがこめられています。

紅白甘酢漬け：だいこんとにんじんで紅白を表します。紅白はおめでたいときにはつきもので、家族の平和を願って食べます。

#### 鏡開き








「1年間元気ですごせますように」という願いを込めて、神様にお供えた「かがみもち」をいただきます。

給食では、12日におもちが入った「カうどん」を出します。



## 1月24日～30日は全国学校給食週間です

学校給食は「学校給食法」に基づき実施されていて、7つの目標が決められています。

<p>○健全な体を育む</p>  <p>適切な栄養摂取で、子どもたちの健康の増進を図る。</p>	<p>○食生活のお手本になる</p>  <p>健全な食生活を営むための判断力と望ましい食習慣を養う。</p>	<p>○力を合わせ、学校生活を心豊かに</p>  <p>お互いを思いやって助け合う心や、明るい社交性を養い、学校生活を豊かにする。</p>	
<p>○自然の恵みへの感謝</p>  <p>生命や自然を尊重し、進んで環境を守る態度を養う。</p>	<p>○支え合いで成り立つ食生活</p>  <p>食生活がさまざまな人の力に支えられていることへの理解を深める。</p>	<p>○伝統的な食文化</p>  <p>日本や各地域の伝統的な食文化への理解を深める。</p>	<p>○生産・流通・消費</p>  <p>食料の生産・流通・消費の正しい理解に導く。</p>

全国学校給食週間とは、戦後、世界の国から食料が届けられ、給食が再開されたことを記念するものです。この期間は給食への関心が高まるような献立にしています。

### 25日：タイムスリップ給食① 明治22年～日本最初の給食～

日本で最初の給食は「おにぎり、塩鮭、漬物」と言われています。「ごはん、鮭の塩焼き」に、ながいものすいとんと野菜と大豆のあえものをつけます。



### 26日：タイムスリップ給食②～60年前の給食～

昔、固くなったパンをおいしく食べるためにどうしたらよいか考え、作ったのが始まりです。大田区の小学校の調理員さんが考え出しました。

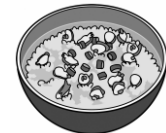
### 27日：東京都を味わおう①～八丈島のメダイ、伊豆諸島の糸寒天～

八丈島産のメダイでそばろを作ります。また、伊豆諸島のてんぐさという海藻から作った糸寒天を野菜に混ぜています。



### 28日：東京都を味わおう②～東京都でまれた料理～

東京都江東区が発祥の深川めしを出します。



### 29日：東京都を味わおう③～八丈島のムロアジ～

八丈島でとれた「ムロアジ」を使って、ハンバーグを作ります。

