



令和3(2021)年1月
寝屋川市立和光小学校

新年、あけましておめでとうございます。みなさん、どのようなお正月を過ごされたでしょうか？さて、3学期の給食は、みなさんの健康を願って「あけましておめでとう献立」からスタートします。給食を通して正しい食の知識を身につけ、元気に学校生活を送ってほしいと願っています。

2学期最後の給食は・・・



今年(ことし)は1月8日(金)から



サンタクロースが各クラスにクリスマスデザートを配りに来てくれました！コロナ感染予防のため、食事中は楽しい会話もできませんが、サンタの姿にみんな喜んでいました。もちろんサンタもマスク着用などコロナ対策を考えた上での登場となりました。

給食室では、給食委員さんたちが2学期最後の仕事を頑張ってくれました。2学期は、残食調査、今年2月予定のリクエスト給食のアンケート集計など行いました。3学期は、給食感謝会があります。コロナの影響で従来の形では行えませんが、給食委員24人が精一杯頑張ってくれることを期待しています。



1月の給食目標:感謝して食べよう!

和光小の給食週間は2月1日から2月12日です

和光小の給食週間では、給食委員が中心となって食の大切さを伝える活動を行います。活動を通して、子どもたちが、食の大切さについて考え、食に関わる人たちに感謝の気持ちを抱いてほしいと思っております。

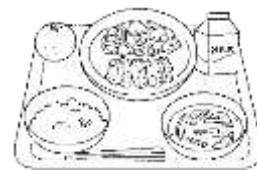


1月24日は学校給食記念日です。

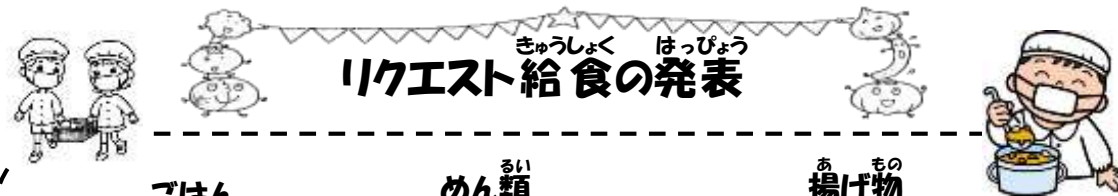
日本の学校給食は明治22(1889)年、山形県の小学校でお弁当を持ってこられない貧しい家庭の子どもたちに昼ごはんを出したのが始まりですが、戦争により中断されました。戦争が終わった後、日本の子どもたちは食料不足による栄養失調でガリガリにやせていました。その様子を見て世界中から食べ物支援され、昭和21年12月24日、学校給食が東京などで再開され、全国で給食が広まってきました。冬休みと重なるために1ヶ月後の1月24日が「給食記念日」となり、その前後を給食週間としています。

～学校給食の移りかわり～

<p>明治22年</p> <p>おにぎり・塩さけつけもの</p>	<p>昭和22年</p> <p>脱脂粉乳・みそ汁</p>	<p>昭和25年</p> <p>コッペパン 脱脂粉乳・おかず</p>	<p>昭和52年</p> <p>米飯給食のはじまり</p>
----------------------------------	------------------------------	--	-------------------------------



現在の給食は生きた教材
旬の食材を使い、栄養バランスが考えられた現在の給食は食育の生きた教材として位置づけられています。



リクエスト給食の発表

<p>ごはん</p> <p>1位 カレーライス 2位 うめごはん</p>	<p>めん類</p> <p>1位 しょうゆラーメン 2位 みそラーメン</p>	<p>揚げ物</p> <p>1位 揚げパン 2位 ささみチーズ巻きフライ</p>
<p>大おかず</p> <p>1位 クリームシチュー 2位 肉だんごスープ</p>	<p>小おかず</p> <p>1位 煮こみハンバーグ 2位 豚キムチ</p>	<p>デザート</p> <p>1位 ムース 2位 むらさきもチップス</p>



魚菜ごはん
白みそ雑煮
炒めなます

8日(金) 明けましておめでとう献立

黒米は古代米の一種で白米と混ぜて炊くと紫色になること、なますはその色合いが紅白であることから、昔からお祝いのときに食べられていました。雑煮は、地域によって入れる食材や調理法にちがいがありますが、関西では白みそを使うことが多いことから、給食でも白みそ仕立ての雑煮になっています。

12日(火) 菜めし



菜めしは、きざんだ大根葉が入ったごはんです。大根葉は、根の白い部分に比べ、ビタミンやカルシウムがたくさん含まれていて栄養たっぷりです。給食では食べやすいように、ちりめんじゃこ、ごまも使っています。

13日(水) ボルシチ

ロシアの郷土料理



ロシアをはじめ、広くヨーロッパで作られている煮込み料理で、使われる材料に必ずビーツが入ります。ビーツは赤紫色の根菜でビタミン・鉄・食物繊維などの栄養がたくさん含まれています。刻んだビーツを入れることで独特の赤色に仕上がります。

27日(水) けんちん汁



とうふと野菜をいため、だし汁を加えて煮込み、しょうゆで味付けしたすまし汁。神奈川県にある建長寺で作られたのがはじまりと言われています。給食では、体が温まるように、とうふの他に、大根・にんじん・里いも・ごぼうなどの根菜類がたくさん入っています。

まちがいさがし

右と左の2枚の絵には、ちがうところが4つあります。

見つけたら、右の絵でちがうところに○をつけましょう。



こたえ



- ① お正月にお供えた鏡もちを下げていただくのが「鏡開き」の行事。縁起が悪いので「鏡もち」は決して包丁では切らず、木づちなどを使って、割って細かくするんだ。そして「割る」ことを、「運が開く」にかけて「開く」と言いかえるんだよ。
- ② 同じ2段重ねだけど…、それは去年のクリスマスケーキかな？
- ③ 小さくしたもちが「そうじ」や「しるこ」にして食べる…。あれっ、これはさといもを使った山形名物の「いも煮」かな？「いも煮会」は秋にするものだよ。
- ④ きみきみ、寒中がまん大会ではありません。同じ「あずき」でも、かき氷ではなく、温かいしるこでいただくよね。
- ⑤ それは、おそばかな。「年越しそば」なら今年のおおみそかまで待とうね。