



給食たより

家庭数配布



1年間のまとめとなる3学期は、インフルエンザやノロウイルスが流行する季節のため、健康管理にはより一層の注意が必要です。寝不足が続いたり食事を抜いたりすると、体調を崩しやすくなるので、早寝・早起きをし、朝ご飯をしっかりと食べて登校しましょう。手洗い・うがいも忘れずに！

令和7年1月8日発行
世田谷区立松沢小学校
校長 寺崎 晶子
栄養職員

あけましておめでとございます



【1月の献立】



◇9日(木)：お正月・人日の節句献立

→おせち料理に入る「松風焼き」は、表面にケシの実やごまを散らします。裏面には何もしないことから、隠し事がなく正直な様子を表し、「今年一年悪いことをせず、まっすぐに生きよう」という願いが込められています。七草がゆ風雑炊は、1月7日の「人日の節句」に七草がゆを食べる風習にちなんで出します。

◇10日(金)：鏡開き献立

→1月11日は「鏡開き」、神様にお供えしていた鏡餅をおろし、無病息災を願ってその鏡餅を食べる行事です。給食室では小豆からおしるこを作り、白玉団子を入れた「白玉しるこ」を出します。

◇14日(火)：世界の料理(ロシア)

→ロシアの代表的な料理は、ボルシチや、ビーフストロガノフなどがありますが、給食では「ポークストロガノフ」とロシアのポテトサラダである「オリヴィエサラダ」を出します。

◇22日(水)：「アニメ給食」鬼滅学園より【煉獄先生のピザトースト】を出します。

→給食委員が考えてくれたメニューです。

◇24日(金)～30日(木)：全国学校給食週間献立

→学校給食週間の5日間は、それぞれの日にテーマを設定しました。

給食が始まった明治22年頃の給食、昭和20年代の給食、昭和40年代の給食、昭和50年代の給食、そして東京都の郷土料理が出ます。クジラ肉やソフトめん、トマトシチューなど、昔の給食をたっぷり味わいましょう！

1月24日～
30日は

「全国学校給食週間」

明治22年に、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子供たちに昼食を出したのが給食の始まり。戦争で一時中断されましたが、戦後再開し、他国の支援を受けてパンや脱脂粉乳などが提供されていました。時代の変化とともに、学校給食の目的や給食の内容は変化しています。

■学校給食の目的■

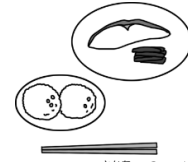
以前：戦争中や戦後の食糧難による、子供たちの栄養不足を改善するため。

現在：偏った栄養摂取、肥満等の健康問題が心配されていることを受け、子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるための「生きた教材」としての役割。



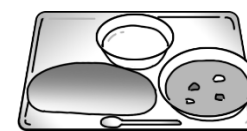
■給食のメニューの変化■

明治22年



おにぎり・魚・漬け物

昭和20年代



脱脂粉乳・コッパパン・シチュー

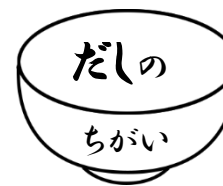
現在



ごはん・魚・あえもの・みそ汁・牛乳

～いろいろなお雑煮～

お正月に食べる「お雑煮」。大みそかの夜、新年の神様に供える食べ物を使って作ります。神様と人が一緒に食べる物で、その年の幸せや豊作を願って昔から食べられてきました。



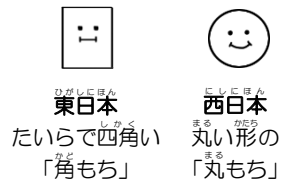
だしの
ちがひ



だしをとるために、かつお節やにぼし、あご(トビウオ)、鶏肉などが使われます。



おもちの
ちがひ



東日本
西日本
たいらで四角い
丸い形の
「角もち」
「丸もち」

形の他にも、焼く焼かないの違いがあったり、あんこの入った甘いもちを入れたりする地域もあります。



具の
ちがひ



肉、魚介、野菜など、その地域でよくとれる食材を使っています。縁起のよい魚である「ぶり」を使ったり、家庭円満に過ごせるように食材を丸く切ったりします。



味つけの
ちがひ



しょうゆ、みそ、塩などの味があります。みその中でも、赤みそか白みそかの違いや、元日は白みそ、2日目はしょうゆと、日によって味を変える地域もあります。