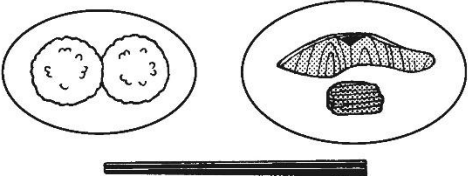
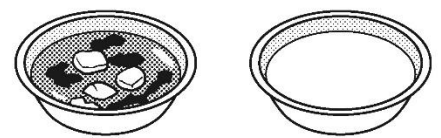
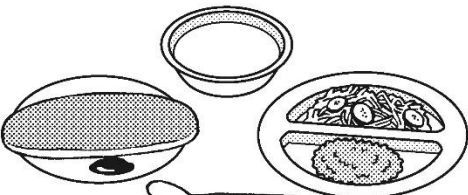
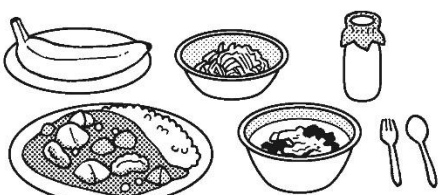


<div>給食だより</div>	令和7年 1月
	ながれやましりつにしふかいしようがっこう 流山市立西深井小学校

あけましておめでとうございます。新しい一年の始まりです。本年もよろしくお願ひいたします。
「新春」とはいえ、寒さはこれから一段と厳しくなります。「ただいま」の後、「いただきます」の前には、せっけんを使ってしっかり手洗ひをして、かぜや感染症を予防しましょう。朝は、からだがあたたまるように、しっかり朝ごはんを食べて登校しましょう。

1月24日～30日は全国学校給食週間です

1月24日～30日は 全国学校給食週間
学校給食は、明治22年(1889年)、山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で、生活が苦しい家庭の子どもたちへ無料で昼食を提供したことが始まりといわれています。戦争中は食料不足などにより一時中断されましたが、昭和22年(1947年)に児童の栄養改善のために再開されました。


<div>明治22年(1889年)</div> <div></div> <div>・おにぎり、塩さけ、菜の漬物</div>	<div>昭和22年(1947年)</div> <div></div> <div>・トマトシチュー、脱脂粉乳(ミルク)</div>
<div>昭和30年(1955年)</div> <div></div> <div>・コッペパン、脱脂粉乳(ミルク)、アジフライ、サラダ、ジャム</div>	<div>昭和52年(1977年)</div> <div></div> <div>・カレーライス、牛乳、塩もみ、果物(バナナ)、スープ</div>

学校給食は、栄養バランスがよく、子供たちの心身の発達や健康を支え、食に関する指導をすすめるための教材になっています。また、偏った食生活、肥満傾向など、子供たちの食生活を取り巻く環境が大きく変化している中で、学校給食は、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つけるために重要な役割を果たしています。

冬にも飲もう!! 牛乳

冬は、気温が低くなるため、牛乳の摂取量が減少します。特に年末年始は冬休みで給食がなくなることや、家庭で牛乳を飲む機会が少なくなりがちです。しかし、牛乳のもとになる生乳は、母牛からしぼるので、簡単には生産量を減らすことができません。

牛乳はカルシウムがたくさん含まれているので、温めて飲んだり、料理に使ったりして、しっかりとるようにしましょう。



1月11日は鏡開きです

今年の鏡開きは 1月11日です。この日にちば地域によって違ったり、土日祝日の関係で異なることもあります。一般的に 1月11日が鏡開きの日とされています。この鏡開きとは、お正月に神様に供えていた鏡餅を下げ、それをお雑煮やお汁粉などで頂くという風習です。

供えていた鏡餅を食べることで、神様に力を分けてもらい、一家の無病息災を願うという意味と、お正月に一区切りをつけるという意味があります。鏡開きはもともと武家から始まった行事なので、鏡餅は刃物を使わず手で割り砕くか、槌で割るようになり、また「割る」という表現も縁起が悪いので「開く」を使って鏡開きというようになりました。



5年生が考えた給食メニュー

5年生が授業で、日本と世界のお米料理を調べて、プレゼンテーションを行いました。学校給食に取り入れることをゴールに、衛生面やアレルギーなど様々なことを考慮できるようにアレンジをして、その料理の魅力を伝えてくれました。

1月17日(金)に埼玉県郷土料理「めしもち」、1月21日(火)に韓国のおにぎり「チュモツパ」を給食に出します。お楽しみに!