

給食だより



令和7年
1月号

毎月19日は食育の日

流山市立おおたかの森小中学校

新しい年を迎えました。今年も、子どもたちの心と体の栄養を満たすおいしい給食を作っていきますので、よろしくお願いいたします。

冬休み中は、クリスマスやお正月など楽しいイベントがたくさんあり、食べ過ぎてしまったり、生活リズムが乱れてしまったりした人もいるのではないのでしょうか。3学期を元気にスタートできるよう、早寝早起きを心がけ、体を動かして、食生活を見直していきます。

伝統的な行事食を知ろう

伝統的な行事の時に作られている特別な食べ物のことを行事食といいます。行事食には季節の食材が使われたものが多くあります。昔から伝わってきた行事食は、これからも受け継いでいきたい日本の食文化です。



受け継ごう 日本の食文化

地域や家庭に伝わる行事食を知ってつくったり、食べたりしましょう。



おせち料理



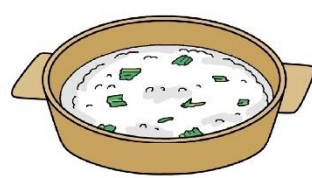
おせち料理は、もともと、節日（季節のかわり目）に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ



七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）のことです。

☆児童・生徒の皆さんもおうちの方と一緒に読んでくださいね。

全国学校給食週間



1月24日から30日は

全国学校給食週間

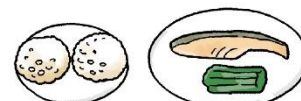
1月24日から30日までは「全国学校給食週間」です。普段、何気なく食べている学校給食について知る良い機会にしましょう。

→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→

日本の学校給食は、明治22年(1889年)に山形県の私立忠愛小学校で、貧しくて昼食を用意できない子どものために、無償で提供されたのが始まりといわれています。その後、戦争などで一時中断しましたが、第二次世界大戦後に再開されました。

現在の給食は、栄養バランスの良い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。

明治22年



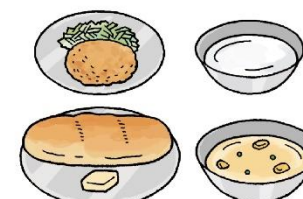
おにぎり・塩さけ・菜の漬物

昭和22年



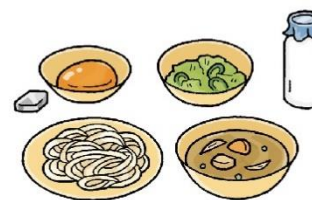
ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー

昭和25年



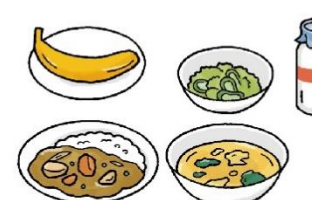
コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロケ・せんキャベツ・マーガリン

昭和40年



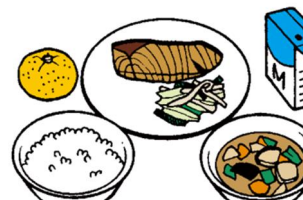
ソフトめんのカレーあんかけ・牛乳・甘酢あえ・果物(黄桃)・チーズ

昭和52年



カレーライス・牛乳・塩もみ・果物(バナナ)・スープ

今の給食



地場産物を活用したさまざまな献立がつくられています