

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

あたら とし むか こし こ こころ からだ えいよう み
新しい年を迎えるました。今年も、子どもたちの心と体の栄養を満たすおいしい
給食を作りたいと思いますので、よろしくお願ひいたします。

ふゆやす ちゅう しょうがつ たの
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
せいかつ みだ ひと がっさ
まつたり、生活リズムが乱れてしまつたりした人もいるのではないかでしょうか。3学期を
げんき はやねはや お こころ からだ うご しきせいかつ み なお
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
いきましょう。

伝統的な行事食を知ろう

でんとうてき きょうじ とき つく とくべつ た もの きょうじしょく
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



おせち料理



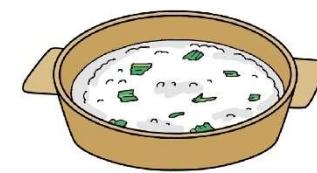
おせち料理は、もともと、
節日(季節のかわり日)に神
様に供えるものでした。今
では、正月のみとなりました。
おせち料理には、それぞれ意
味があり、健康や長寿などの
願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に
供えたその土地の産物とともに
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。

じどう せいと みな
☆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

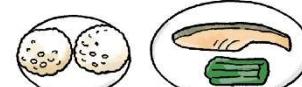
全国学校給食週間

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 →→→

にほん がっこうきゅうしょく めいじ ねん やまがたけん しりつちゅうあいしょがっこう ます
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
ちゅうしょく ようい こ こ ねん やまがたけん しりつちゅうあいしょがっこう ます
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。
げんざい きゅうしょく えいよう よ しょくじ せいちようき こ すこ
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
せいちよう ささ しょく かん ただ ちしき のぞ しょくしゅうかん み じゅうよう
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
やくわり は 役割を果たしています。

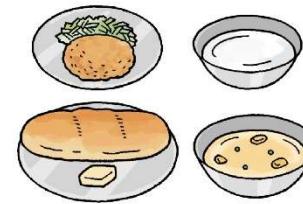
めいじ ねん
明治22年



しょう わ ねん
昭和22年



しょう わ ねん
昭和25年

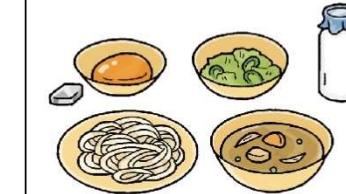


おにぎり・塩さけ・
な しお
菜の漬物

ミルク(脱脂粉乳)・
トマトシチュー

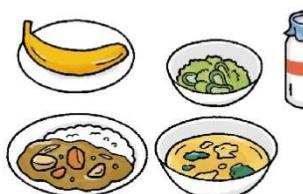
コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・
ポタージュスープ・コロッケ・
せんキャベツ・マーガリン

しょう わ ねん
昭和40年



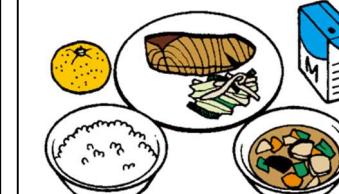
ソフトめんのカレーあん
かけ・牛乳・甘酢あえ・
果物(黄桃)・チーズ

しょう わ ねん
昭和52年



カレーライス・牛乳・塩もみ・
くだもの(バナナ)・スープ

いま きゅうしょく
今の給食



じ ば さ ま ど き つ と う
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