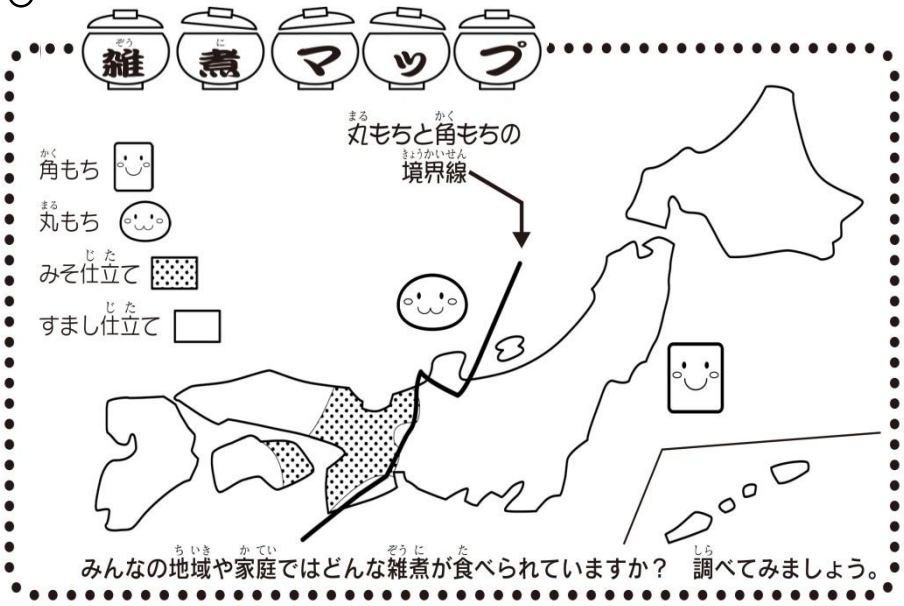
# きゅうしょくだより　１月号

練馬区立開進第一小学校

2学期も終わり、いよいよ冬休みが始まります。年末年始も生活リズムを崩さずに、元気に過ごしましょう。1月からみなさんに会えることを楽しみにしています。

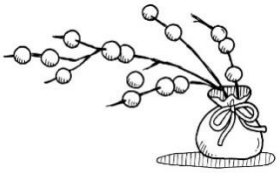
そして、来年も給食室一同、安心・安全でおいしい給食をつくってまいりますので、よろしくお願いいたします。

## 1月の給食目標「季節や行事に応じた食事をしよう」




雑煮は、餅と野菜、魚介類、肉類をとり合わせた汁もので、お正月に欠かせない伝統的な行事食です。

雑煮におもちが入っているのは、おもちが、祝い事や特別な日に食べられる食べ物だったからです。



## 1月24日～30日は　全国学校給食週間です

毎年1月24日から30日までの１週間は、「全国学校給食週間」と定められています。
食べることは心と体に力をわきださせる源です。ふだん何気なく食べている給食ですが、給食について、そして食べることについて、考えるきっかけになってくれれば…と願っています。

◇24日：明治20年代の給食　ごはん、鮭の塩焼き、野沢菜炒め、みそ汁

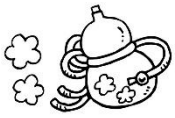
◇27日：昭和40年代の給食　レンズ豆入りミートソーススパゲティ、フレンチサラダ

◇28日：懐かしの給食から　ごはん　くじらの竜田揚げ　ゆかり和え　たぬき汁

くじらは、少しずつ豊かになってきた昭和30年代～40年代に、日本の給食には欠かせない食材でした。
低カロリー、高タンパクで安価だった鯨肉は、成長期の子どもの栄養を補うべく、給食の主役を飾っていました。
昭和62年の捕鯨禁止以来、手に入りにくくなりましたが、調査捕鯨として、水揚げがあり、現在でも取り扱いがあります。

◇29日：郷土料理から『東京都』　深川飯　ひじき入り卵焼き　小松菜入りみそ汁

深川飯は、あさりの入ったご飯で、東京都の郷土料理です。江戸時代、東京湾の漁業が豊かで、あさりが多くとれたそうです。また、小松菜は、江戸川区小松川の地名から名前がつけられたと言われています。

◇30日：昭和50年代の給食　米粉のカレーライス、和風わかめサラダ

学校給食費の納入にご協力をお願いいたします。
今月の引き落としは
１月14日（火）です。