



あけましておめでとうございます。今年も安心、安全、おいしい給食を食べてもらえるよう、栄養士、給食室一同がんばります！さて、冬休み明けに起きられなかったりだるさ、眠気がとれないということも多いかもしれません。生活のリズムを整えるには、早寝、早起き朝ごはんが基本です。正しい生活リズムは免疫力を上げ、風邪予防にもなります。体を整えて新たな気持ちで3学期のスタートをきりましょう。

1月24日～30日は全国学校給食週間です！！

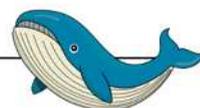
学校給食の歴史

学校給食の歴史は明治22年（1889年）に山形県の小学校で、貧しくてお弁当を持ってくることができない子供たちのために、昼食を提供したのが始まりとされています。その後全国に広がりますが、戦争による食料不足のため、中止せざるをえなくなりました。戦争が終わり、昭和22年（1947年）に学校給食は再開されました。子供たちの栄養不足を改善するため、外国の支援団体などから届けられた、脱脂粉乳や小麦粉、缶詰などを使った給食が提供されました。

現在の学校給食

学校給食が始まった頃は、子供たちの栄養状態を改善することが、給食の目的でした。現在は、食生活の乱れ、食べ過ぎ、偏った食事による肥満、生活習慣病の増加、などが心配されることから、食に関する様々なことを学ぶ【教材】の役割を担っています。

今月の給食から



1月7日【人日の節句 じんじつのせっく】

春の七草「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」を入れたおかゆを食べて、お正月のごちそうで、疲れた胃腸をいたわり、新しい年の無病息災を祈ります。今月の給食では10日に白玉団子入りの「七草団子汁」として登場します。



1月27日【学校給食週間メニュー】

昭和20年代に給食でよく使われた食材に「鯨」があります。今ではめったにお目にかかれない鯨肉ですが、貴重なタンパク源として戦後の給食を代表する食材でした。竜田揚げ、大和煮などが代表メニューでした。今月の給食では鯨を鮭に代えて、竜田揚げとして登場します。

今年度の給食費の引落しは終了しました。皆様のご協力ありがとうございました。来年度もよろしくお願いいたします。