

1月給食だより

早寝早起き朝ごはん
「早寝早起き朝ごはん」シンボルマーク



平成 29年 1月 25日
練馬区立豊玉第二小学校
校長 佐野 匡
栄養士 志摩 啓子

今年もあとわずかとなりました。この1年、元気に過ごせましたか？12月は「師走」ともいいます。先生も走り回るほど何かと忙しいという意味です。冬休みを控え、クリスマス、おみそか、そしてお正月と楽しい行事が続きます。かぜなどで体調を崩すことがないよう、食事前の手洗いをしっかりしましょう。朝・昼・夕の3食を規則正しくとり、十分な睡眠でよく体を休め、元気に新しい年を迎えましょう。



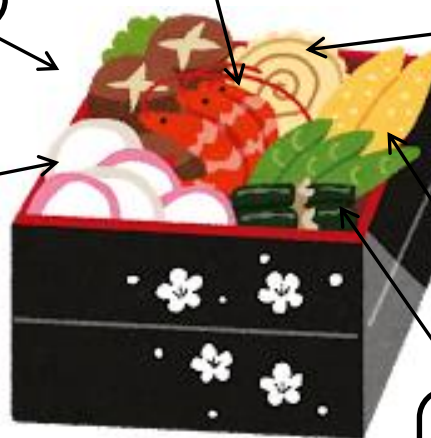
おせちりょうりの由来やいわれを知っていますか？



にしめ いくつかの野菜をいっしょに煮ることから、家族が仲良く結ばれるという意味がある。

えび えびのように「腰が曲がるまで長生きする」という意味

紅白かまぼこ 赤と白でおめでたい色。赤はめでたさ、白は清らかさをあらわす。



だてまき 巻いた形が書物などの巻物にていることから「文化」をあらわす。

かずのこ たまごの数がお多いことから子どもがたくさん生まれますようにという意味。

こぶまき 昆布を「よろこぶ」にかけて縁起をかつぐもの。

田作り ……昔はいわしを田んぼのひりょうにすると、お米がたくさんとれたことから、お米のほうさくをいれる料理。

くりきんとん ……黄金の小判をあらわし、お金がたまりますようにという意味。

すばす ……あなのあいだれんこんで、先の見通しがよいという意味。

くろまめ ……まめにはたらき、健康にくらせますようにという意味がこめられている。

1月7日 七草がゆ

1月7日の朝に、七種の野菜や野草を入れたおかゆを食べます。これを「七草がゆ」といい、昔からこの日にこのおかゆを食べると1年を健康に過ごせるといわれてきました。

ご家庭でもぜひ食べてみませんか？



全国学校給食週間 1/24(水)～1/30(火)

学校給食は、戦後、昭和21年に再開されました。当時は戦争の影響で食べ物が不足し、子どもたちの栄養補給がますは大切な給食の役割でした。現在、学校給食は食育の重要な柱として、栄養や健康、食べ物についての正しい知識を得ること、マナーを学ぶこと、さらに日本の食文化を継承することも大切にされています。

学校給食週間は昔の給食を再現したり、郷土料理、世界の料理を取り入れながら、学校給食を改めて考えてみる一週間にしていきます。

30日(火)は、「くじらの竜田揚げ」を提供します！



学校給食費の徴収にご協力をお願いします。
1月の引き落とし日は1月4日(木)です。

