

1月給食だより

令和4年 12月 23日
練馬区立田柄小学校



「早寝早起朝ごはん」
早寝早起朝ごはんシンボルマーク

いよいよ冬休みが始まります。色々な行事も多い年末年始は生活リズムが乱れやすくなります。早寝・早起き・朝ごはんを心がけ、元気に冬休みを過ごしましょう。



早寝・早起きをし、朝ごはんを食べよう
朝・昼・夕と決まった時間に食べることで、生活リズムが整います。

いろいろな食べ物を、バランスよく食べよう
主食・主菜・副菜をそろえると、栄養バランスが整いやすくなります。

おやつを食べるときは、時間と量を考えよう
ダラダラ食べると、むし歯や肥満の原因になります。

地域や家庭に伝わる食文化を知ろう
年末年始は、日本の伝統行事に触れるよい機会です。それにまつわる食文化を体験しましょう。

新年の行事と行事食

1日～正月 おせち料理・お雑煮

地域や家庭によって内容はさまざまですが、縁起の良い食べ物が使われます。

7日 人日の節句 七草がゆ

7種類の若菜を入れたおかゆを食べ、無病息災を願います。

11日 鏡開き お汁粉

歳神様へお供えていた鏡餅を小さく割り、お汁粉などに入れて食べます。

15日 小正月 あずきがゆ

あずきの赤い色には、悪いものを追い払う力があると信じられており、おかゆにして食べます。



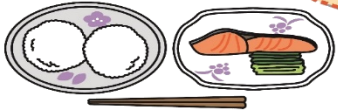
1月24日～30日「全国学校給食週間」

日本の学校給食の歴史を知ろう



明治22年 (1889年)

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で、貧しい家庭の子どもたちに昼食を提供したことが始まりとされています。



おにぎり 塩ザケ 漬物

昭和25年 (1950年)

その後、給食の取り組みは全国各地へと広がりましたが、戦争の影響で食料が不足し、実施できなくなっていました。

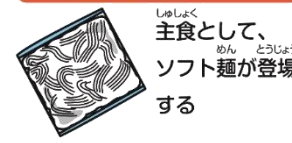
アメリカから贈られた小麦粉を使い、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が都市部で初めて実施され、昭和27年からは全国で始まりました。



パン ミルク カレーシチュー

昭和38年 (1963年)

昭和29年には「学校給食法」が制定され、教育活動として実施されることになりました。その後、時代に合わせて給食の内容もだんだんと変化していきました。



主食として、ソフト麺が登場する

昭和39～43年 (1964～1968年)

脱脂粉乳から牛乳へ切り替わる



昭和51年 (1976年)

米飯給食が正式に始まる



学校給食が始まった頃は空腹を満たすため、栄養状態の改善が目的でしたが、近年では食習慣の乱れや偏った食事による肥満、生活習慣病の増加など、健康状態が心配されるようになりました。そんな中、平成17年に「食育基本法」が制定され、学校給食は食育を推進するための「生きた教材」としての役割ももつようになりました。

練馬区内産人参の一斉給食があります～1月25日(水)実施

きゃべつ・大根の一斉給食に続き、今月は人参です。練馬区の畑で収穫された人参を学校給食でいただきます。田柄小学校では「コメッコカレーライス・キャロットドレッシングサラダ・夕焼けゼリー」の3品に新鮮な人参を使わせていただきます。おたのしみに!

12月の産地情報

米…埼玉・島村農園 人参・大根…練馬区・吉田農園 玉葱…北海道 小松菜…埼玉 白菜…茨城 じゃがいも…北海道 ねぎ…千葉 とり肉…岩手 豚肉…青森 さば…ノルウェー さけ…北海道

給食費の納入にご協力をお願いいたします

1月の引き落とし日は1月16日(月)です。
金額につきましては、学年だよりをご参照ください。