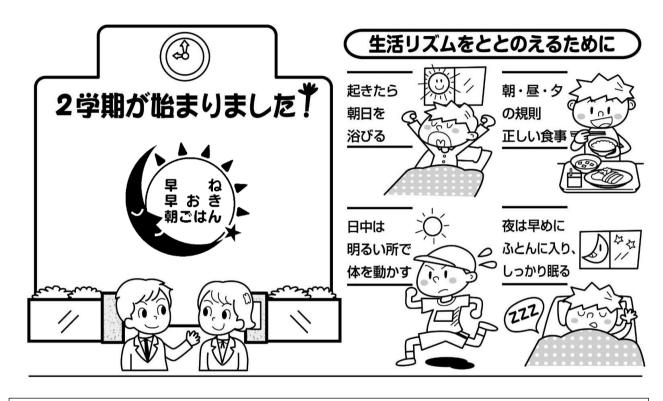
9月給食だより

令和7年9月1日 練馬区立春日小学校

管かった寛休みが終わり、2学期が始まりました。寛休みは元気に過ごすことができましたか。 9角になるとだんだんと白が粒くなり、額晩は過ごしやすくなりますが、まだまだ銭暑が続きます。 覧に疲れた体を回復させ、2学期も元気に過ごせるようしっかり食べて早寝早起きを心がけましょう。





9月9日は重陽の節句

9月9日は重陽の節句です。日本ではあまり馴染みがありませんが、中国や台湾では伝統的な祝日です。 たっく(ませっ)。 節句(季節の節目の行事)は一年に5向ありますが、昔、中国では奇数が縁起の良い数学とされ、3覧3角 は桃、5月5日は端午、7月7日は七夕の節句とし、中でも奇数で一番大きな数字が重なる9月9日は大変 おめでたい自とされ、盛光にお祝いしました。自本では「勢の節句」として記着し、勢の蛯を浮かべたお満 を飲んだり気の花にちなんだ権しものが行われたりし、無病息災や長寿、人々の幸福を願います。

診えば、 給食では菊の花を使った和え物と、肉団子のまわりにもち米を付けて蒸した真珠団子を作ります。

○●○~春日小学校のりんごのお話~●○●

かすがしょう 春日小にはりんごの木があります。28年前、「学校のりんごを給食で食べられたらいいね」という一言から こうてい さいばい はじ り か じゅぎょう いいんかいかつどう せ わ しゅうかく きゅう 校庭でりんごの栽培が始まりました。理科の授業や委員会活動でりんごのお世話をし、収穫したりんごを給 usk くだもの 食の果物として食べたこともあったそうです。栽培当時からりんごのお世話をしてくださっている"りんごの thatin えん かすがしょう ながのけん 先生"のご縁で、春日小では長野県のやまじゅうファームさんのりんごを給食で提供しています。9月から2 がっ きゅうしょく まいつき らじょう 月の給食には毎月おいしいりんごが登場します。シナノドルチェ、秋映、シナノスイート、 シナノゴールド、ぐんま名月、ふじ、グラニースミスなど毎月違った品種が届きます。 tustylei すく きちょう 牛産量の少ない貴重なりんごもあります。楽しみにしていてください。

食事に(ま・ご・わ・や・さ・し・い



9月16日は敬老の日です。日本は長寿国ですが、その夢内の一つは食事にあると言われています。 日本で苦から食べられてきた食材の頭文字をとった「ま・ご・わ・や・さ・し・い」という言葉があります。 世界遺産にも登録された和食の良さは世界でも注首されていて、健康のために取り入れたい食材です。

※「まごはやさしい」は愛媛大学名誉教授の吉村裕之氏が提唱、「マゴワヤサシイ」は 杏林予防医学研究所所長の山田豊文氏が提唱し、商標登録しています。

豆腐、納豆など)

豆類 豆製品 (大豆、小豆、

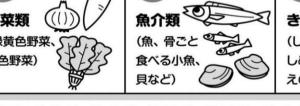
(ごま、 ピーナッツなど)

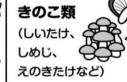
(わかめ、 のりなど)

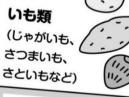


いも類 (じゃがいま さつまいも、











らせをご覧ください。学校給食にご理解・ご協力をよろしくお願いいた

