



あけましておめでとうございます。いよいよ令和2年度の締めくくりとなる3学期がはじまりました。今年も、みなさんの心と体の栄養を満たす美味しい給食を作っていきますので、楽しみにしてください。

春の七草を覚えよう！



1月7日は「人日の節句」と言い、お正月の最終日。この日は春の七草が入った「七草がゆ」を食べて、その年の豊作と無病息災を祈願します。また、年末年始のごちそうで疲れた胃をいたわるのにも、「七草がゆ」がよいとされます。



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
 これぞ七草♪



「5・7・5・7・7」のリズムに合わせて言ってみましょう！
 おぼえやすいですよ♪

1月の食育クイズ

いろいろな料理や食材が入る「おせち料理」は、お正月の行事食の一つです。「おせち」にはどのような意味があるでしょうか。

- ① せわしない年の瀬に作る料理
- ② 年の節目を祝う料理
- ③ いろいろな料理が入っている箱



冬はみかんのような「かんきつ系」のくだものが多い時期。小さくて皮ごと食べられるかんきつ系のくだもの名前は何？

- ① きんかん
- ② ぽんかん
- ③ でこぼん



クイズの答え：②年の節目を祝う料理
 節目を祝うものとして、縁起物や願いが込められた食材を使っています。

クイズの答え：①きんかん
 皮が剥くことで甘いので、丸ごと食べることもできます。

保護者の皆様へ

1月24日から30日には全国学校給食週間があります。学校給食には子供たちの心身の健康と成長を助け、正しい食の知識や食生活を身につけさせる役割があります。この給食週間では懐かしい昭和の給食メニューを再現するほか、練馬の特産品である大根を使った給食などが登場します。ぜひご家庭でお話をする時に、給食の思い出や好きだった献立などのことを話題にしてみてください。

保護者の皆様へ

～給食費についてのお知らせ～

1月の引き落とし日は1月25日(月)です。
 ご協力よろしくお願いたします。
 ※前日までにご入金願います。

11月生乳産地実績

東京都・群馬県・岩手県
 青森県・宮城県・秋田県
 北海道

1月生乳産地予定

東京都・群馬県・岩手県
 青森県・宮城県・秋田県
 北海道、山梨県