



1月 給食だより

R 4 . 1 . 8
練馬区立八坂中学校
校長 安井 実士
栄 養 士



あけましておめでとうございます



新学期が始まりました。夜更かしや朝寝坊の生活習慣を見直し、起床時間や就寝時間をもう一度しっかり決めてみましょう。

新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症を防ぐには、きちんと手を洗うこと、食事をしっかり食べること、ストレスや疲れをためないことが重要です。引き続き、一人ひとりが感染予防を徹底しましょう。



★季節・行事等の献立★



- 11日(火)…鏡開き 鏡開きとは、お正月に神様、仏様に供えていた鏡餅を下げ、それを食べるという風習です。神様に供えた食べ物には力が備わると考えられ、神様や仏様に感謝しながらそれを食べることによって「無病息災」を祈願しています。給食では「お雑煮」を作ります。
- 14日(金)…小正月 赤い色のあずき粥を食べ、邪気を祓う風習があります。給食は「あずきご飯」にします。「松風焼き」とお祝いの席で食べる「沢煮椀」も作ります。
- 19日(水)…食育の日 毎月19日は食育の日です。今月は、香川県の郷土料理「しっぽくうどん」を作ります。寒い時期に食べる「あったかうどん」です。
- 20日(木)…大寒 一年で一番寒さの厳しい時期です。「おでん」で温まりましょう！

全国学校給食週間

1月24日～30日



明治22年、山形県の小学校で家が貧しくてお弁当を持ってくることのできない子どもたちへ昼食を出したのが、学校給食の始まりとされています。その後、学校給食の取り組みは全国へと広がりましたが、昭和16年に太平洋戦争が起こり、食料不足のため実施することができなくなってしまいました。

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、学校給食の必要性が叫ばれるようになり、アメリカの民間団体(ウラ)から贈られた物資で給食を再開することになりました。昭和21年12月24日、東京、神奈川、千葉の三都県の学校で試験的に学校給食を再開することになり、給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」とし、冬休みと重なるため、1か月後の1月24日～30日が「全国学校給食週間」となりました。

この週は毎日様々なテーマの献立が登場します。

- 24日(月)大正12年頃の給食…「鶏そぼろご飯」「栄養みそ汁」
関東大震災が起きた頃、子どもの栄養改善のための方法として、学校給食が推奨されました。
- 25日(火)昭和25年頃の給食…「コッペパン」「冬野菜のポトフ」
アメリカから小麦粉が寄付され、初めて主食(コッペパン)、脱脂粉乳、おかずの完全給食が実施されました。
- 26日(水)アメリカの料理…「ジャンバラヤ」「クラムチャウダー」「ポテトフライ」です。
- 27日(木)東京の料理…「練馬大根のたくあんごはん」「ちゃんこ汁」練馬産のたくあんと、ちゃんこ汁の食材は東京産の野菜を使う予定です。
- 28日(金)青森の料理…青森県の郷土料理「いがめんち」「せんべい汁」
いかのげそや胴のミンチを使ってメンチにします。南部せんべいを割り入れた汁物です。

〈ご家庭へのお願い〉 給食用のランチョンマットをご用意いただき、ありがとうございます。近頃ハンカチを持っていない生徒が目立ちます。感染予防のためのも、持ってくるようにお声かけをお願いします。ご協力をお願いいたします。