

1月 食育たより

賀
正

令和8年1月
東松山市学校給食センター 佐藤



あけましておめでとうございます
ほんねん 本年もよろしくお願ひします



1月7日は「人日の節句」

1月7日は、五節句のうちのひとつ「人日の節句」にあたります。人日の節句には、春の七草を入れたおかゆ「七草粥」を食べ、無病息災を願う風習があります。



1月11日は



「鏡開き」とは、正月に神様へお供えした鏡もちをころして食べ、無病息災を願う行事です。なぜ鏡もちかというと、お供えの餅を神様が宿る鏡に見立てているからです。また、鏡もちを小さくする時に、刃物で切るのは縁起が悪いため木づちを使いますが、木づちで「割る」というのも縁起が悪いため、「開く」という言葉を使い、「鏡開き」とよんでいます。

こしょうがつ
小正月



「小正月」とは1月15日に行われる行事のことです。昔はその年の最初の満月の日である旧暦の1月15日を正月として祝っていました。小正月には、「小豆粥」や「ぜんざい」を食べる風習があります。「小豆のような赤色の食べ物は邪気を祓う」と考える中国の風習が関係して、小豆を食べるそうです。そこで、1日早いですが14日の給食に「白玉ぜんざい」を出します。よく噛んで食べてくださいね！

まいづき 毎月19日は
にち 食育の日

たかないま
「高菜入り混ぜごはん」「太平燕」

たかないま
高菜入り混ぜごはん

くまもとけん 熊本県では「阿蘇高菜」が有名です。
きゅうしょく 給食では阿蘇高菜は使えません
が、高菜漬けを使った混ぜごはんを作ります。



タイピーエン
太平燕

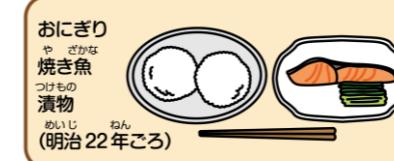
いたやさいぶたにく 炒めた野菜や豚肉、かまぼこなどを入れた具沢山の
いだくさん 中華風春雨スープのことです。



1月24日～30日



「全国学校給食週間」は、戦後に食料難で給食が食べられない日本の子供たちのために、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から支援物資が届けられたことをきっかけにできたものです。この1週間は、給食の歴史を学ぶ学びの期間にしもらえると嬉しいです。



【学校給食の始まり】

やまがたけん 山形県の私立忠愛小学校で、家が貧しくお弁当を持ってこられない子供たちのために、お坊さんが昼食を提供したのが学校給食の始まりです。

ミルク

トマトソース
(昭和22年ごろ)



コッペパン・ミルク

たつたあ
クジラの竜田揚げ
せん切りキャベツ
(昭和25~30年ごろ)



カレーライス

きゅうりゅうの牛乳・塩もみ
たまご
ゆで卵
(昭和51年ごろ)



【戦後の給食】

せんご えいようじょうたいあつ
こども いわくうえんこうにんだんたい
えいようじょうたいあつ しんぱい
昭和21年12月24日にLARA(アジア救援公認団体)から給食物資の寄贈を受け、翌1月に給食が再開されました。

ゆたきゅうしょく
【バラエティ豊かな給食】

しょうわ ねん がっこうきゅうしょくほう
ねん がっこうきゅうしょくほう
せいいしき どうにゅう
昭和29年に学校給食法が成立。
昭和51年に米飯が正式に導入され、徐々に献立内容が充実していました。