

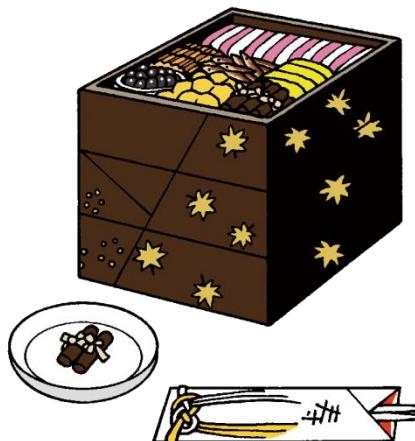
# 給食だより 1月

粉河学校給食センター



新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。  
みなさん楽しい冬休みは、過ごせましたか？クリスマスやお正月などの行事が多く、  
食べ過ぎてしまったり、生活が乱れてしまつた人もいるかもしれません。寒くて布団  
からなかなか出られない季節ですが、「早寝早起き朝ごはん」を心がけ生活のリズムを  
早く取り戻しましょう。

## おせち料理の意味を知ろう



おせち料理とは、もともと五節句などの節目に  
神様にお供えした料理のことです。本来は五節句の時につくられていたが、今  
では、正月のみにつくられるようになりました。おせち料理に入っている黒豆は、まめに  
薺らせるように、数の子は子孫繁栄、田づくりは五穀豊穣、たたきごぼうは豊年と厄災、えび  
は長寿などの願いが込められています。  
他にもいろいろな願いが込められたおせち  
料理があるので、調べてみましょう。

## 地域や家庭に よって違う 雑煮

雑煮とは、年神様にお供えした  
その土地の産物とともにをなべで  
に煮たものです。そのため、雑煮に  
入る食材や、もちの種類、味つけ  
などさまざまです。みなさんは、  
どんな雑煮を食べていますか？

## 家族みんなで かぜ予防を！

手洗いやうがいをする  
習慣を身につけて、家族  
でかぜの予防対策をしま  
しょう。



1月24日から30日は

## 全国学校給食週間



学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。

## 学校給食の歴史

学校給食は、明治時代に山形県の私立忠愛小学校で貧困児を救うために提供されたのが始まりと言われています。最初の給食は、「おにぎり」「塩ざけ」「菜の漬物」でした。その後、全国に広まり、戦争のために中断されましたが、戦後の食糧難により児童の栄養状態が悪化したことから、その必要性が叫ばれるようになりました。まず試験的に、昭和21年12月24日に、三都県（東京、神奈川、千葉）で実施することになり、同日に東京都内の小学校でララ（アメリカのアジア救援公認団体）からの給食用物資の贈呈式が行われました。その日を学校給食感謝の日と定めていますが、その後、冬期休業と重ならない1月24日から30日までの間を「学校給食週間」としました。



## なつかしのメニュー紹介

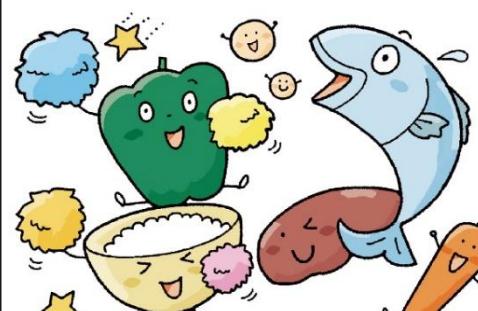


脱脂粉乳とは、牛乳から脂肪分を取り、乾燥させて粉末にしたものです。スキムミルクといいます。

戦後の食糧不足の時代には、ララやユニセフから脱脂粉乳の援助物資を受けていました。

今月は、昔の給食の定番メニューでした  
が、今はほとんど食べる機会がなくなった  
「くじらの竜田揚げ」が登場しますよ。

## 好き嫌いをしないで



いろいろなものを  
食べましょう