



食育だより

2016. 1. 7
横浜市立白根小学校
学校長 持丸 隆一
栄養職員 佐藤 麻実



新しい年を迎え、子どもたちはそれぞれ今年のめあてを考え、心新たに学校や家庭での生活に取り組んでいることと思います。

冬休みはどのように過ごしましたか？ 年末年始は特に生活リズムが乱れやすくなります。1月からの学校生活で、しっかりとリセットしていきましょう。

そして、これからが冬本番です。一段と気温も低くなり、空気が乾燥してきますので、手洗い・うがいを忘れずに、3食きちんと食べて健康に過ごしましょう。



☆☆☆ 1月の献立 ☆☆☆

○日本の食文化を伝えるために正月料理を取り入れました。 → 白玉そう煮、なます、炒り鶏

○給食週間にちなんだ献立を取り入れました。

- ・給食が始まったころの献立・・・セルフおにぎり(126年前にだされた最初の給食はおにぎりでした。)
- ・食べ物大切さを伝える献立・・・すいとん(戦後の食糧難のときには、給食によくでていたそうです。)
- ・神奈川県発祥の献立と横浜とゆかりの深い献立
 - ・けんちゃん汁(鎌倉にある建長寺が発祥です。)
 - ・麻婆豆腐(横浜中華街と関連のある中国料理です。)
 - ・すき焼き風煮(すき焼きは横浜発祥の料理です。)
 - ・五目焼きそば(横浜の友好都市である上海の料理です。)

1月においしい旬の食べ物



こまつな



かぶ



ブロッコリー



ごぼう



はくさい



ほうれんそう



みずな



りんご



いよかん



ほんかん

◆ 白根小学校の独自献立 ◆

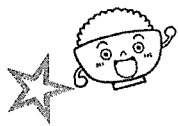
○12日(火) さばのたつた揚げ → さばの塩焼き ※さばを学校のオーブンで焼いて、塩焼きにします。

○13日(水) さけそぼろ → 松風焼き ※お正月料理の松風焼きをオーブンで焼きます。

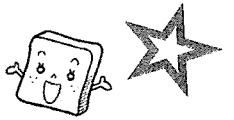
○1月は、大根、ごぼう、さといも、小松菜、白菜、ねぎを斉藤農園とJAから届けてもらいます。

おたのしみに～♪





1月24日～30日は学校給食週間です！



毎年1月24日～30日は全国学校給食週間です。これは、戦時中に中断していた学校給食が昭和21年12月24日に再開したことを記念して始まったもので、数年後には冬休みの関係から、1月24日～30日が給食週間となりました。

現在では、毎日給食を食べることができ、種類もごはんやパン、肉、魚、卵、野菜、果物、デザート…など、さまざまなメニューが登場しますが、昔は今のようさまざまな食材を使った給食ではありませんでした。この期間を通して、給食の歴史をふり返り、食べものの大切さや作る人の思いを知り、感謝の気持ちをもって食事をしてほしいと思います。



給食タイムマシーン

～ 昔の給食を見てみよう！ ～

