

# 給食だより 1月

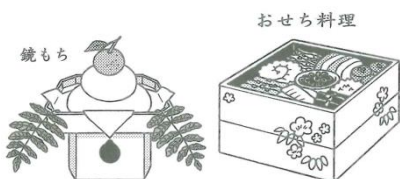
新年あけましておめでとうございます。1月は正月をはじめ人日の節句、小正月などの年中行事があります。年中行事は、昔から地域や家庭に伝え続けられているものが多く、その際に特別に食べる行事食があります。正月は行事食を食べる機会を大切にしたいですね。

## 正月

昔から正月はとても大切な年中行事でした。

12月から大掃除を行い、門松を立てて鏡もちを供え、雑煮やおせち料理の準備をします。

鏡もちとは古代の円形の鏡のように丸いもちを重ねて、年神様に供える神聖なものです。おせち料理にも、田づくり(五穀豊穡を願う)、黒豆(まめに暮らせるよう)などいろいろな意味があります。



## 人日の節句

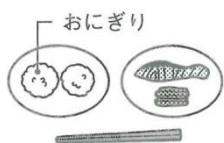
人日の節句は、1月7日で五節句のひとつです。

この日の朝に、七草「せり、なすな、ごきょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」の入った七草がゆを食べます。これは、野山で若菜を摘み、自然の芽吹きをいただいて、活力を得る風習でした。



## 1月24日から30日は全国学校給食週間です

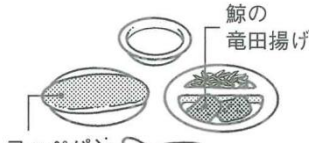
明治22年



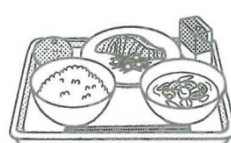
昭和22年



昭和27年



現在



学校給食は、明治22年(1889年)に山形県で、貧困児童を対象に無償で昼食を提供したのが始まりです。その後、様々な歴史を経て、今に至っています。学校給食が食べられることに感謝して頂きましょう。

## 11/26日~30日は読書週間でした!

11月26日(月)から11月30日まで読書週間が実施されました。

給食では「味わう給食」として、本の中に出てくるメニューを実際の給食として出しました。物語を読んで楽しむだけでなく、自分で調理をしたり、食生活を考えたりすることへのきっかけにしていきましょう!

26日: ハヤシライス「流星の絆」より

27日: 鶏の唐揚げ宮廷風、タンダの山菜鍋「ハルサの食卓」より

28日: ラタトゥイユ「レミーの美味しいレストラン」より

29日: チョコレートケーキ「はらぺこあおむし」より

30日: ファコ(手作り雑穀パン)「獣の奏者Ⅲ」より



## 残食率調査を行いました

11月5日から11月16日まで、残食率調査を行いました。実施した結果によると、野菜の残食が多い印象でした。給食で提供している量は、中学生の皆さんにとって一食あたりに必要なエネルギー量やたんぱく質量になります。なるべく1口だけでも多く食べられるようにしましょう!