

令和2年12月25日(金)  
中野区立桃園第二小学校  
校長 山崎 義弘  
栄養士 鈴木 瑞代

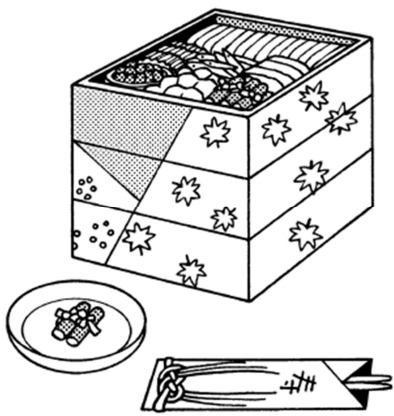
# 1月給食たより

あした 明日から冬休みです。みなさんはどのようなお正月を過ごすでしょうか。お正月はおせち料理やお雑煮など、美味しい行事食がたくさんあります。日本の伝統的なお正月の料理の由来について、ぜひ家庭で語り合ってみてください。また、年末年始は夜遅くまで起きていて、生活リズムが崩れてしまうことがあります。冬休み中も早寝早起きを心がけ、規則正しい生活をするようにしてください。

## 1月の給食目標 ~みんなで協力して食事の場を作ろう~

給食はクラスみんなで一緒に食べる食事です。一人ひとりが気持ちよく食事をする場を作ることが大切です。給食の準備は時間内に行います。ランチョンマットを忘れずに敷きます。筆箱など、給食に関係ないものが机の上に出ていないようにします。クラス全員でチェックし、気持ちのよい食事の場を作るよう指導しています。

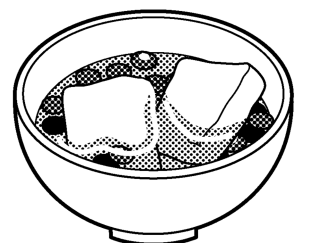
## おせち料理の意味を知ろう



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をいいます。本来は五節句の時に作られていましたが、今ではお正月のみに作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、まめに暮らせるように、数の子は子孫繁栄、田作りは五穀豊穡、たたきごぼうは豊年と息災、えびは長寿などのように、それぞれの食材には願いが込められています。

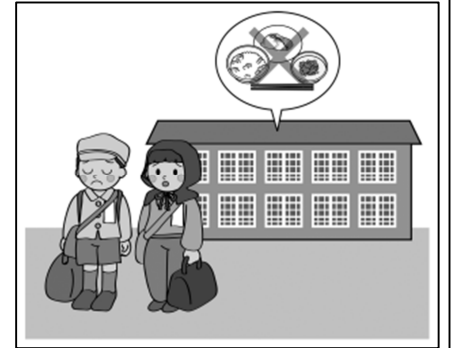
## 1月11日は鏡開きの日

鏡開きとは、お供えした鏡もちを下げて食べる年中行事です。お供えしたもちには、神様が宿っていると考え、刃物で切らずに、木づちや手などで小さく開きます。割ったもちはおしるこやぜんざいなどにして食べます。給食では1月8日(金)は白玉団子が入った白玉しるこを作ります。



# 1月24日～30日は、全国学校給食週間です

学校給食は、明治時代に始まりました。しかし、戦争のために中断されてしまいました。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給食の必要性が高まり、再開することになりました。まず試験的に昭和21年12月24日に東京都、神奈川県、千葉県で実施、アメリカから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したが、冬期休業と重ならない1月24日から30日の間を「全国学校給食週間」とするようになりました。今年度は、次のような献立で学校給食週間を盛り上げます。



## ★25日（月）の献立 「東京都伊豆諸島の郷土料理」



東京都伊豆諸島の郷土料理を取り入れた献立です。ムロ節ごはんは八丈島、たたき揚げは新島の郷土料理です。明日葉は伊豆諸島で広く生産されている野菜です。

## ★26日（火）の献立 「日本の郷土料理～埼玉県」



埼玉県の郷土料理献立です。かてめしは米の生産量が少ない地域で、ごはんの量を野菜などの具材を入れて増やしていたことが始まりです。ゼリーフライはおからを使ったパン粉を使わないコロケです。

## ★27日（水）の献立 「日本の郷土料理～千葉県」



千葉県の郷土料理献立です。生産量全国第一位の菜の花、かぶ、郷土料理のさんが焼き、千葉県は潮干狩りで有名なことから、あさりを使った汁物を取り入れた献立です。

## ★28日（木）の献立 「4年生外国語活動とのコラボ給食」



4年生の外国語活動で「ピザトーストを作ろう」という学習を行い、英語を使ってピザの具を選び、オリジナルのピザトーストを作りました。栄養バランス、彩り、ネーミング等から、クラスの中から1つ給食に取り入れます。1月は4年1組の児童が考えたトーストです。どんなピザトーストになったか、楽しみにしていてください。

## ★29日（金）の献立 「世界の料理～シンガポール」



シンガポール料理献立です。チキンライスは鶏ガラスープで炊いたごはんの上に鶏肉、ソースをかけて楽しむ料理です。ビーフンはお米で作られた麺で、東南アジアで親しまれています。