

# 1月 給食だより

いよいよ学年最後の学期となりました。新年最初の給食は、12日です。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？寒くて起きるのがつらい時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に過ごしましょう。

## 1月24日～30日は 全国学校給食週間です！ 学校給食について知ろう！



学校で食べる給食は、単なる食糧ではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。昭和25年度から冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間に「全国給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなど目的に、毎年、全国でさまざまな行事が行われます。滝坂小学校では、学校週間に昔の給食を参考にした献立を提供します！

### ★リクエスト給食の結果★

各クラスで1番人気だったメニューが3学期の給食に登場します！

| クラス  | しゅしょく     | おかず                | デザート       |
|------|-----------|--------------------|------------|
| 1-1  | しょうゆラーメン  | しゅうまい              | みたらしだんご    |
| 1-2  | しょうゆラーメン  | オムレツ               | つぶつぶみかんゼリー |
| 1-3  | カレーライス    | ABCスープ             | サイダーポンチ    |
| 2-1  | しょうゆラーメン  | デミグラスハンバーグ         | サイダーポンチ    |
| 2-2  | しょうゆラーメン  | とりにくの<br>パーベキューソース | サイダーポンチ    |
| 2-3  | カレーライス    | ジャンボあげぎょうざ         | サイダーポンチ    |
| 3-1  | あげパン      | ABCスープ             | まっちゃんプリン   |
| 3-2  | しょうゆラーメン  | チップスサラダ            | サイダーポンチ    |
| 3-3  | タコライス     | メンチカツ              | まっちゃんプリン   |
| 4-1  | あげパン      | ポトフ                | サイダーポンチ    |
| 4-2  | しょうゆラーメン  | ジャンボあげぎょうざ         | サイダーポンチ    |
| 4-3  | あげパン      | ABCスープ             | サイダーポンチ    |
| 5-1  | ガーリックトースト | ピリからきゅうり           | サイダーポンチ    |
| 5-2  | うめちゃんづけ   | ポテトチーズはるまき         | てづくりドーナツ   |
| 6-1  | しょうゆラーメン  | ピリからきゅうり           | サイダーポンチ    |
| 6-2  | しょうゆラーメン  | ポテトチーズはるまき         | まっちゃんプリン   |
| 6-3  | しょうゆラーメン  | ピリからきゅうり           | サイダーポンチ    |
| わかくさ | カレーうどん    | オムレツ               | サイダーポンチ    |

調布市立滝坂小学校  
校長 小林 美也子  
栄養士 山本 美杏



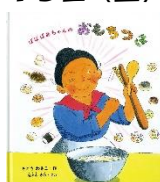
## 今月の献立紹介

### 12日(木) 人日の節句(7日)「七草あなかけどん」



人日とは文字通り「人の日」という意味です。古代中国では、7種の若菜を入れたおかゆを食べ、無病息災を願う風習がありました。それが日本に伝わり、1月7日に七草がゆを食べ、1年の健康を祈る文化として定着したと言われています。「春の七草」はせり、なすな、ごきょう、はこべら、ほとけのざ、すずな(カブ)、すずしろ(大根)のことを言います。

### 13日(金) フックメニュー「ひみつのおだんご」



(参考:『ぱぱばあちゃんのおもちつき』(作:さとう わきこ))  
1月11日はお正月にお供えた鏡餅をお汁粉やぜんざいなどにして健康をお祈りする鏡開きです、(地方によっては日にちが異なります)。今回のフックメニューは、一つ一つ生地を丸めて「ひみつのおだんご」を作ります。お楽しみに！

### 17日(火) 世界の料理「スコットランド」



今月の世界の料理はスコットランドです。スコットランドは、790以上の島々からなる国です。給食では、たらを使ったカレーピラフの「ケジャリー」、真だくさんスープの「スコッチブロス」を作ります。

### 24日～30日 全国学校給食週間



明治22年、最初に提供された学校給食は、おにぎりや塩鮭、漬物だったと言われています。全国学校給食週間が始まった昭和25頃の給食は、アメリカから寄贈された小麦粉を使い、パン・ミルク・おかずの「完全給食」でした。おかずには、当時安価だった「くじら肉」がよく使われていました。昭和38年頃から、パン以外の主食として「ソフトめん」、そして昭和51年に「米飯」が正式に導入し、現在は、様々な学校給食が提供されるようになりました。

### 25日(水) 開校記念日



1月25日は調布市で一番歴史のある滝坂小学校の誕生日なので、お祝い献立です。お祝いの日には、もち米に小豆やささげを入れて蒸した「赤飯」がよく出されます。昔から赤い色には魔除けの力があるとされ、お祝い事の食事に用いられました。滝坂小学校の誕生日をみんなで祝いましょう。

### 31日(火) 郷土料理「秋田県」



秋田県では毎年新米の収穫が終わると、収穫の労をねぎらって「きりたんぼ鍋」を囲む地域があります。また、秋田県に冬の到来を告げる「鱒」は、冬になり食物が少なくなるときに現れる魚として大切にされてきました。