

給食だより

令和8年1月8日
大田区立清水窪小学校
校長 竹花 仁志
栄養士 吉澤 琉菜

1月の給食目標

食事のマナーを身につけましょう

あたら とし むかえ みな ふゆやす
新しい年を迎えました。皆さんはどうな冬休みをすごしましたか？

おせち料理や雑煮などの正月料理を食べて、日本の食文化を感じた人もいるでしょう。1月は、全国

がつこうきゅうしょくしゅうかん きゅうしょく とお れきし きょうどりょうり し
学校給食週間があります。給食を通して、歴史や郷土料理などを知りましょう。

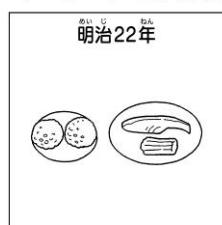


1月24日から30日は
全国学校給食週間

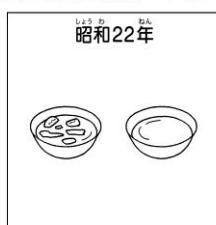
がつこうきゅうしょく こ しょく かん ただ
学校給食は子どもたちが食に関する正
ちしき のぞ しょくしゅうかん み
しい知識と望ましい食習慣を身につける
ため重要な役割を果たしています。
がつこう
全国学校給食週間は、このような学校
きゅうしょく い ぎ やくわり り かい
給食の意義や役割についての理解を深め
かんしん たか じょうかん
て、関心を高めるための1週間です。

※1月24日～2月6日を「大田区学校給食週間」として制定されました。

→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→



おにぎり・塩さけ
菜の漬物



ミルク(脱脂粉乳)・
トマトシチュー



コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・
ポタージュスープ・コロッケ・
せんキャベツ・マーガリン



ソフトめんのカレーあん
かけ・牛乳・甘酢あえ・
せんキャベツ・チーズ



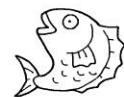
カレーライス・牛乳・塩もみ・
果物(黄桃)・チーズ

※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興
センターの献立レプリカを参考にしています。

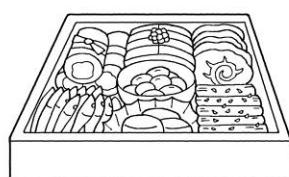


受け継ごう 日本の食文化

ち いき か て い つ た ぎ う じ し く し
地域や家庭に伝わる行事食を知ってつくったり、食べたりしましょう。

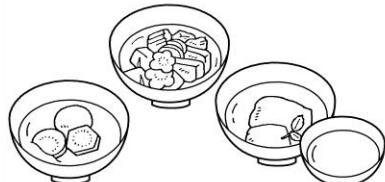


おせち料理



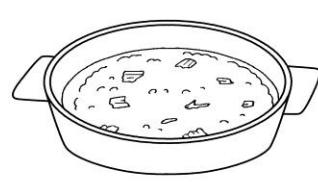
おせち料理は、もともと、
節日(季節のかわり日)に神
様に供えるものでした。今で
は、正月のみとなりました。
おせち料理には、それぞれ意
味があり、健康や長寿などの
願いが込められています。

雑煮



ぞうに 雑煮は、もともと年神様に
供えたその土地の産物とともに
を煮たものでした。東日本は
おもに角もち、西日本はおも
に丸もちを入れます。すまし
汁仕立てやみそ仕立てなど、
さまざまです。

七草がゆ



ななくさ 七草がゆは、1月7日の朝
に1年の健康を祈って食べま
す。春の七草とは、せり、な
ずな、ごぎょう、はこべら、
ほとけのざ、すずな(かぶ)、
すずしろ(だいこん)のこと
です。