



食育だより



1月

まいつき
毎月19日は
しょくいく
食育の日!



川口市立前川小学校 令和6年1月19日(金)

新年あけましておめでとうございます。

寒さもいよいよ本番になってきました。元気に毎日を過ごすために、バランスよく食べ、よく体を動かして、夜はしっかり休みましょう。健やかな体と心で新しい年もすくすく成長してほしいと思っています。今年もおいしく、安全な給食を作っていきます。どうぞよろしく願いいたします。

1月11日 6年生家庭科 作成メニュー第2弾!

6年3組

さん

「みんな大好きハンバーグ」



★ さんからの献立説明 ★

あまり好みの分かれな、みんなが大好きなハンバーグをメインに考えました。特に味のバランスにこだわり、ハンバーグは味が濃いので、優しい味で体が温まるポトフを組み合わせました。栄養バランスもよくなるように黄色、赤、緑の食材が入るように作成しました。

給食では、よく登場するハンバーグ。いつもの給食ではパンとの組み合わせが定番ですが、さんはごはんと組み合わせで献立を考えてくれました。また、ポトフは冬に定番の料理ですが、いつもの給食のポトフには入っていない、フロッコリー入りです。冬が旬のブロッコリーの栄養と、濃い緑の彩りがプラスされた工夫が見られる献立でした。とても寒い日だったので、大きな釜を混ぜている調理員さんの周りには、真っ白な湯気とよい香りが立ちこめていました。



そして、汁物の残菜の平均が1日あたり約12kgの前川小ですが、この日の残菜は…ポトフ6.5kgと、まさに「みんなが大好き!」で残りも少なかったです。次回の6年生献立は、2月16日の予定です。

どんな献立が登場するのかな?! おたのしみに!

学校HPで食育だより
(カラ版)が見られます!



1月10日 お正月献立で3学期給食スタート!

手作りの田作りとくりきんとんで、今年の給食は始まりました。田作りは、揚げたての煮干しに、手作りのタレと、炒ったゴマを和えるので、市販のものとは一味違い、できたてサクサク、香ばしいです。



【あげたにぼしに、タレかけ】

【ゆでたサツマイモをつぶします】

1月24日～30日は、全国学校給食週間です!

明治22(1889)年に山形県鶴岡市にあった私立忠愛小学校で、お弁当をもってこれられない貧しい家庭の子供たちのために社会事業として昼食を出したのが日本の学校給食のはじまりです。その後、戦争により一時中断されましたが、戦後、日本の子供たちのためにユニセフから小麦粉や脱脂粉乳が寄贈され、再び給食がはじまりました。昭和21(1946)年12月24日のことです。この日が、今に続く学校給食の誕生日です。



しかし、12月24日は多くの学校が冬休みと重なるため、1カ月延ばして1月24日を「給食記念日」とし、30日までの1週間を「全国学校給食週間」にしています。給食は健康の保持・増進だけでなく、将来、健康的で望ましい食生活を送るための手本となり、また学校での学びを深めるための生きた教材としての活用も行われています。みんなで協力し助け合うことの大切さを学び、自然の恵みや人々の働きに感謝し、ふるさとやさまざまな地域の食文化を理解して未来に伝える、そして食を通して社会をよく知るといった目標が現在、学校給食には課せられています。子供たちの健やかな体と豊かな心を育むための力となれるように日々努力を続けています。



★給食週間中の特色ある給食★

- 1月24日 茶飯おにぎり・鮭のしおやき・大根のみそしる
- 1月25日 セレクトデザート(甘夏ゼリーor グレープゼリー)
- 1月29日 すいとん
- 1月30日 手作りしゅうまい

※24日は、忠愛小学校で出た最初の給食をアレンジした献立です

