



食育だより 1月



令和4年1月 白山市立蕪城小学校

あけましておめでとうございます。今年も、みなさんの健康と幸せを願い、「おいしい！」と感動してもらえるよう給食スタッフ一同がんばります。みなさんも、自分の健康のため、食べ物^{の命}のため、作ってくれた人のため、そして地球環境のために、できるだけ残さず食べて全校で残食ゼロ(食品ロス削減)をめざしましょう。

給食から始めるSDGs (持続可能な開発目標)

1/24~30 は全国学校給食週間です

明治22(1889)年に山形県の忠愛小学校で、家が貧しい子どもたちのために始まった最初の給食メニューは、おにぎり^と塩鮭^とつけもの^{だけ}でした。130年以上たった今では、いろいろな^{こんだて}を楽しむことができます。1月24日(月)からの1週間は毎日日替わりで特別^{こんだて}をお届けします。



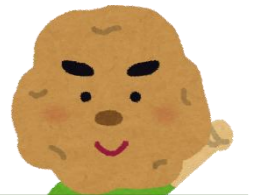
給食人気レシピ ジャがいもと大豆のいそあえ

ざいりょう (4人分)

ジャがいも 2個 大豆 80g あおのり 小 さじ 1/3 塩 小 さじ 1/3

(片栗粉と揚げ油は適宜準備)

作り方



食事ができあがるまでに、「一生懸命」に走り回り作物を作ったり、運んだり、料理をしたりすることを漢字で「馳走」と書きます。「ごちそうさま」は、その「馳走」と言う行動に「ご」と「様」を付けた言葉です。食事を作るために苦労をしてくれた方々への労いと感謝の意味を込めたあいさつが「ご馳走様」です。毎日口にする食べ物のうち、水と塩以外は全て「命」を持っていた物ばかりです。お米、野菜、果物、魚、肉、豆、卵など、一日に約30種類の「命」をいただき、自分の体の成長に役立てています。大切な食べ物を、平気な気持ちで残したり、捨てたりすることは、他の生き物の「命」を粗末にすることになります。食事の前に、「いただきます」とあいさつするのは、「命」をいた



感謝して食べよう

ごちそうさま = 人に感謝

