



# 給食だより

平成 31 年 1 月

宝立小中学校

1～6年生用

あけましておめでとうございます。みなさんはどんなお正月をすごしましたか？  
気持ちも新たに、今年も元気に過ごしたいですね！



## 【1月まめちしきコーナー】

1月といえば、行事や行事に関係した伝統的な食文化がたくさんありますね。  
それには、1つ1つ、意味や願いがこめられています。

### お正月

お正月には、1年間家族をまもってくれる「年神さま」の  
ためのごちそう（おせち料理）を食べます。

かみさまといっしょにごちそうを食べて、健康や幸せを  
ねがいます。



### 七草がゆ

1年間、病気にからずにごちそうを  
に願いをこめて1月7日に食べます。

セリ・ナズナ・  
オギョウ・ハコベラ・  
ホトケノザ・スズナ・  
スズシロがはいります。



### 鏡開き

お正月にかざってあった「かがみもち」を食べる日が  
「鏡開き」です。



固くなったもちを木づちで割りますが、よいイメージ  
の『開く』という言葉を使います。



## 1月の給食目標 給食について知ろう！！

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

今年の給食週間には、はらぺこあおむしといっしょに食と本の世界の食べ歩きの旅にでかけよう！！

給食で体に栄養を、  
読書で心に栄養を！



24日  
給食×はらぺこあおむし  
絵本にでてくるものが登場！

29日  
給食×珠洲市  
地域の食べもの てんこ盛り！

25日  
給食×給食のれきし  
さいしょの給食をしよう！

28日  
給食×昔話  
「どっこいしょ」を食べよう！

30日  
給食×高校生  
高校生が考えたメニュー！



# 給食だより

平成 31 年 1 月

宝立小中学校

7～9 年生用

あけましておめでとうございます。みなさんはどんなお正月をすごしましたか？  
気持ちも新たに、今年も元気に勉強に、部活に、趣味に・・・たくさんのことに  
挑戦していきましょう！



## 【語れるとカッコいい☆正月豆知識】

お正月といえば、おせち料理やお雑煮そうじですね。これらは、日本の伝統的な食文化です。料理の1つ1つに祝いの気持ちと、願いがこめられています。今年食べたおせち料理で、今年の運試し！

| 黒豆                                                 | だて巻                                            | ごまめ                                           | きんとん                                                   | えび                                                           |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
|                                                    |                                                |                                               |                                                        |                                                              |
| 田作りとも言われ、 <b>豊作</b> を願って食べられます。たくさんおいしいものが食べられるかも！ | 長いひげと背が曲がるまで長生き、の願いがこもっています。 <b>健康運 UP</b> かも！ | 黄金色に輝く財宝にたとえて豊かな1年を願います。 <b>金運・勝負運 UP</b> かも！ | 黒くなるまで、まめく丈夫・健康に働く、の意味があります。 <b>健康運 UP</b> で、部活で大活躍かも！ | 形が巻物に似ていることから、知識が増えるよう願います。 <b>勉強運 UP</b> かも。さらなる開運のポイントは読書！ |



## 1月の給食目標 給食について知ろう！！

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

今年の給食週間には、はらぺこあおむしといっしょに食と本の世界の食べ歩きの旅に Let's Go！！

給食で体に栄養を、  
読書で心に栄養を！



### 24日 給食×はらぺこあおむし

絵本「はらぺこあおむし」の世界を表現。はらぺこあおむしとモリモリ食べる旅へ出発！

### 29日 給食×珠洲市

やっぱり地元は外せない！  
珠洲の食べもの てんこ盛り！  
の1食です。

### 25日 給食×給食の歴史

最初の給食のころをイメージして、  
毎日食べられること、勉強や部活が  
できることに感謝です！

### 28日 給食×昔話

愛知県の昔話「どっこいしょ」を  
モチーフにした愛知県メニュー。  
「どっこいしょ」もお楽しみに…

### 30日 給食×高校生

飯田高校の生徒が考えたメ  
ニューが給食に登場！  
高校生との交流給食もお楽  
しみに♪



給食は、ご飯が食べられない貧しい子どもたちのために始まりました。食べられることが当然の現代では日常の一部になりつつあるように思いますが、給食週間中は、いつもより注目して、目でも舌でも味わってみてほしいと思います。