



# 食育だより 1月号

令和6年1月  
横浜市立上瀬谷小学校  
給食室

2024年が始まりました！

12月にお知らせしていた通り、1月10日（水）は、5年生が考えたガパオフェスティバルにちなんだ給食でした（麦ごはん・牛乳・上瀬谷っ子ガパオライスの具・地産地消野菜たっぷりスープ・はちみつゴールドゼリー）。

## ・ガッパオライスの具

どんな味？と思っていた児童もいたと思いますが、5年生の事前活動の甲斐もあって、みんなよく食べてくれました。

## ・地産地消野菜たっぷりスープ

上瀬谷の地で採れた野菜のスープでしたが、野菜がもりもり入っているのに、よく食べました！

## ・はちみつゴールドゼリー

上瀬谷の地で採れた蜂蜜はしっかりとした舌触りがあるものの、さっぱりした甘さで食べやすかったです。かながわ県の果物、湘南ゴールドと併せてさっぱりしたゼリーに仕上がりました！

※ガパオフェスティバルにつきましては、ホームページにも載せていますので、給食室便りを見ていただくと嬉しいです。

## ★給食週間について★

今から130年ほど昔になりますが、もともとはお弁当を持ってこられない子のために、おにぎり・焼き魚・漬物を出したのが始まりである給食。1月24日から30日は全国学校給食週間とされています。給食にはたくさんの方が関わっていることを知り、感謝の気持ちを持って食事できるようになってもらえたらうれしいです。

今年度の給食週間は、栄養バランスの取れた食事の基準である「まごはやさしい」について復習が出来るように、健康委員会の児童が中心となって、全校で取り組みます。日々の給食・食事でも意識してもらえると嬉しいです。

## ★伝統的な食事について★

1月の献立はおせち料理などの、日本に伝わる伝統的な料理を多く出しています。最近では、お正月におせち料理・お雑煮を食べない家庭もあるのではないのでしょうか。。。ゆずを使用したなますなど、進んでは食べない児童も多いですが、給食で出ること味を知ってもらえると嬉しいです。

