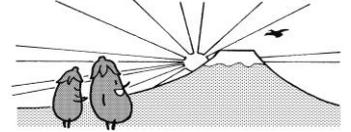


給食だより 1月号

令和4年12月23日
横浜市立元街小学校
校長 工藤 雅彦
食 育 部



寒さが身に染みる季節。冬休みを楽しく過ごすためにも、
温かい料理を食し、体を動かして、寒さに負けない体づくりをしましょう。

給食目標



感謝の気持ちをもって 食事をしよう



献立について

○献立の特色

◎日本の伝統的な食文化を伝えるために、正月料理を取り入れました。

(白玉そう煮、なます)

◎給食週間にちなんだ献立を取り入れました。

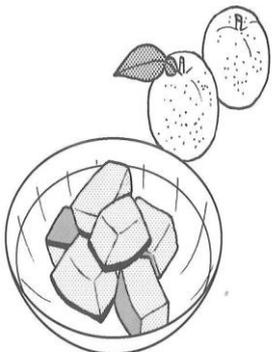
- ・給食の歴史を伝える献立…セルフおにぎり
- ・横浜に関わりの深い献立…すき焼き風煮
- ・給食にかかわる人に感謝の気持ちをもてる献立…とんカツ

◎冬に美味しい旬の食品を取り入れました。

(ぶり、たら、ブロッコリー、ほうれんそう、こまつな、ごぼう、はくさい、
しゅんぎく、だいこん、みずな、ぽんかん、ゆず)



12月22日は冬至です!



今年の冬至は12月22日です。
冬至は昼が一番短く、夜が一番長くなります。冬至を境に日が長くなっていくため、太陽がよみがえる日とも考えられていました。

冬至には、かぼちゃやあずきがゆを食べたり、ゆず湯に入ったりします。また、「ん」のつく食べ物「なんきん(かぼちゃ)、れんこん、にんじん、きんかん、ぎんなん、寒天、うどん」などを食べると運に恵まれるといわれています。

年越しそば



12月31日の大みそかに「そば」を食べようになったのは江戸時代頃からといわれています。年越しそばには、別名

- ◎として「みそかそば」「つごもりそば」などがあります。年越しにそばを食べようになった由来には、いろいろなものがあります。細く長い形から長寿につながるという説や、金銀細工師が金粉を集めるのにそば粉を使ったことから、金を集める縁起物として食べられるようになったという説や、そばの持つ健康効果を期待して食べるという説などがあります。



学校給食の歴史

1月24日は、
給食記念日です。

明治22年 山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で、欠食児童救済のために、はじめたのが
(1889年) 学校給食のはじまりといわれています。

昭和21年 (12月24日)

(1946年) アメリカ軍の働きで「ラウ物資」が支給され、東京・神奈川・千葉の
3県、約300校の児童に、ミルク給食が試験的に実施されました。

昭和22年 1月全国都市の児童約300万人に対して学校給食を
(1947年) 開始しました。2月3日横浜でも給食がはじまりました。

昭和25年 パン・ミルクを主体とする完全給食を開始しました。
(1950年)

昭和27年 全国すべての小学校を対象に実施されるようになりました。
(1952年)

昭和31年 横浜市学校給食会が設立され、共同購入事業がはじまりました。
(1956年)

昭和41年 横浜市は、脱脂粉乳から牛乳に変わりました。
(1966年)

昭和56年 横浜市でご飯給食がはじまりました。
(1981年)



かぜをひいたら

栄養 + **保温** + **安静**

くしゃみ、鼻水、鼻づまり、のどの痛み、発熱などのかぜの症状が出たら「栄養」、「保温」、「安静」に努めることが大切です。少量でも高栄養の食事を消化のよい調理法でとり、水分補給も忘れずに行いましょう。また、部屋は、暖かくして湿度を保ち、十分な睡眠をとって安静に過ごすことで早めに治せます。

栄養



保温



安静



☆☆☆☆1月は11日(水)から給食が始まります。☆☆☆☆

家庭配布用献立表や給食のレシピ(食育ひろば)などの情報もあります。

翌月の家庭配布献立も前月末には掲載されています。

アレルギー情報は
こちら

(公財)よこはま学校食育財団ホームページ <https://ygs.or.jp>



お願いします

○給食当番

当番が終わると白衣を持ち帰ります。

洗濯してアイロンをかけて忘れずに持たせてください。

