

# 給食だより



佐賀市立若楠小学校

〒849-0926佐賀市若宮三丁目2番1号

TEL:31-5051 FAX:31-5009

文責：栄養教諭 北島朋香



新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします。

ともに楽しく食べる給食の時間を通して、子どもたちに「食」の大切さを感じて欲しいと願っています。また、安全・安心で若楠小ならではの給食を提供することで、保護者の皆様の 更なる理解と協力を得ることが出来るよう 給食スタッフ一同 努力してまいります。

**あ**

明日から…ではなく  
今日から  
早ね、早起き、朝ごはん！

**け**

健康は願うだけでは  
かなわない。

**ま**

まあ、いいか…  
ほんとにいいの？  
いいわけない！

**し**

しっかりかんで  
健康な歯。

**て**

手洗い、うがい  
わすれずに！

**お**

お手伝い、おうちの人が  
喜ぶよ。

**め**

めいわくな、食事マ  
ナーはやめましょう。

**で**

できるだけ、好き嫌い  
なく食べましょう。

**と**

当然じゃなく、感謝  
をこめて  
「いただきます」

**う**

運動で、風邪に負け  
ない体力を！

カルタで学ぶ食習慣

## おせち料理に 込められた願い

新しい年を迎えるにあたり、家族の1年の健康や幸福への願いがたくさん込められています。給食では、9日(木)に、「正月料理」を実施します。

**数の子**  
**子孫繁栄**  
子宝に恵まれるように

**昆布巻き**  
**家内安泰**  
「よろこぶ」に通じ  
楽しく暮らせるように

**きんとん(金団)**  
**裕福**  
お金に困らないように

**えび**  
**長寿**  
腰が丸くなるまで元気  
で長生きできるように

**黒豆**  
**健康**  
黒くなるまでまめ(元  
気)に働けるように



## 1月の☆キラリ☆ はくさい



白菜は、漬物、煮もの、和えもの等あらゆる料理に用いられる万能野菜です。寒さが厳しくなるほど、甘くおいしくなります。水分が多く、ビタミンCやカリウムも含まれており、かぜ予防や血圧を正常に保つ働きもあります。

☆最盛期：11月～2月 ☆主な佐賀市の産地：鍋島町、大和町など

## 全国学校給食週間 1月24日～30日

1月24日は、戦後学校給食が再開されたことを記念する「全国給食記念日」です。1月24日から1週間を「全国学校給食週間」として、給食や食に携わる人々の気持ちや食べ物の大切さを知り、感謝の気持ちを育てることを目的として取り組みます。期間中、「タイムスリップ給食」とし、昔の給食を再現して出したいと思っています。

**24日(金) 明治22年**

明治22年  
●おにぎり  
●塩鮭 ●菜の漬物

**27日(月) 昭和20年～30年**

昭和27年  
●コッパン ●せんきゃべつ  
●ミルク ●ジャム  
●輪切りの漬物

**28日(火) 大正12年**

大正12年  
●五色ご飯 ●栄養味噌汁

**29日(水) 昭和40年代**

**30日(木) 昭和50年代**

昭和52年  
●カレーライス  
●牛乳 ●漬物  
●塩もみ ●スープ

明治22年に山形県鶴岡市で始まりました。貧しく、お弁当をもってこれない子どものために食事を出したのが始まりと言われています。

戦後、食糧難となり、給食の再開が難しかったですが、外国から小麦粉、スキムミルク、缶詰などが送られ、学校給食が全国で始まりました。

給食が子どもたちの成長に欠かせないものと広まり、全国で学校給食が始まりました。

初めてソフト麺が給食で使われ始めました。

ごはん給食が始まり、メニューの種類が豊富になりました。