

# きゅうしょくだより



令和6年1月9日  
小平市立小平第七小学校  
校長 神子 知浩  
栄養士 武藤 洋子

3学期が始まりました。早いもので、今年度もあと数か月です。今の学年で給食を食べる日もわずかです。1月は昔の呼び方で『睦月(むつき)』と言います。正月に家族が集まり、親しみ睦みあう月という意味です。



## 1月の給食もくひょう

### 楽しい食事の工夫をしよう

楽しい雰囲気ですと、消化・吸収にも効果的です。給食時間は、ななしょうランチくんクイズに参加したり、お昼の放送を聞いたりして、少しでも楽しい雰囲気になればよいですね。



## 1月の行事食

### 11日(木) 七草雑炊

1月7日は【七草】です。七草とは、「せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ」のことです。

1年間病気をしないで悪いことがおこらないようお願いです。



### 15日(月) 小豆ごはん

元旦から7日までを【大正月】と呼ぶのに対して、15日を中心とした数日間は【小正月】と呼びます。小正月に小豆がゆを食べると1年間健康で過ごせると言われています。

## 全国学校給食週間

### 1月24日(水)から1週間は全国学校給食週間です。

学校給食の歴史は古く、明治22年に山形県で始まったとされます。家庭の事情でお弁当を持ってこれない子どもたちのために無料で食事を提供したことが始まりと言われています。昭和19年に戦争のため、給食が中断されました。そして戦後、アメリカのララ物資から脱脂粉乳と小麦粉が支援され、昭和21年12月24日に贈呈式が行われました。冬休みと重ならないよう、1月24日から1週間は「全国学校給食週間」としました。

### 24日(水) なつかしこんだて① 『食パン・いちごジャム・シチュー・サラダ』

食パンにジャムかマーガリンの組み合わせが多かったです。カレーシチューとひじきのサラダもよく給食に出ました。

### 25日(木) なつかしこんだて② 給食開始時のメニュー、ミルメーク

明治22年に山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)私立忠愛小学校で出されたとされる給食を再現しました。ミルメークは、牛乳の中に入れて味を変えるものです。

### 30日(火) なつかしこんだて③ 『くじらの甘辛だれ』

鯨肉は昔はよく給食に登場したメニューですが、1982年の商業捕鯨一時停止により給食から姿を消していました。



## 給食委員会の活動

### リザーブミルメーク

全国学校給食週間に合わせて5年3組の給食委員が企画しました。懐かしの献立から牛乳に入れるミルメークが登場します。コーヒータンパチ、いちご味、どちらかのミルメークを選んで事前に予約しました。



### ななしょうランチくん



### 16日(火) 5の2「ドライカレー」

### 3の2「みかんゼリー」

### 29日(月) 2の4、6の2「みそコーンラーメン」

「ななしょうランチくんクイズ」で1位になったクラスからのリクエストです。人気メニューが勢ぞろいしました。

## 1月の小平産

だいこん・にんじん・キャベツ・ほうれんそう・こまつな・はくさい・ねぎ  
かぶ・さつまいも・うど・ブロッコリー・カリフラワー

