



1月給食だよ!

令和5年度

山川学校給食センター

いよいよ冬休みですね。充実した2学期を過ごすことができましたか?冬休みはクリスマスやお正月など楽しいイベントがたくさんあります。食生活も乱れがちになると思いますが、栄養バランスを考えて油の多いものや、甘いものの摂りすぎに注意しましょう。

1月は全国学校給食週間があります。これに合わせて、22日~26日は「鹿児島をまるごと味わう週間」と位置づけて、指宿市産や鹿児島県産の食材をたくさん使用した給食を予定しています。3学期の給食も楽しみにしててくださいね。

全国学校給食週間

給食が始まったのはいつから?

日本の学校給食は、山形県鶴岡町の忠愛小学校において、明治22年に無償で始まったとされています。その目的は、貧困児を救うためのものでした。



給食に牛乳が出るのはどうして?

成長期に骨量を高めることは、骨づくりや骨粗しょう症予防のためにも重要です。牛乳はカルシウムを豊富に含み、吸収率も優れているため給食に出されているのです。

給食の思い出を聞かせてください!

学校給食は長く続いていて、保護者の方たちも食べてきた人が多いと思います。好きだった献立や印象深いできごとなどをぜひ家族で語り合ってみてください。山川学校給食センターのおすすめメニューもぜひおうちの方へ話してみてくださいね。

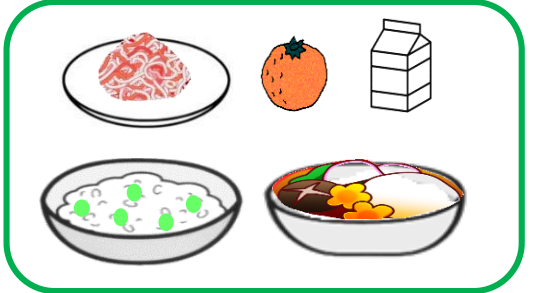


食事の役割は、成長や健康のためにエネルギーや栄養素をとることだけではありません。クラスのみんなで食事をする事で、人とのつながりを深めたり心が和んだりします。給食時間を気持ちよく過ごせるように、今年の干支である「たつ(辰)」にちなみ、一人一人が給食の「たつ(達)」人を目指してみませんか?



1月10日はお正月メニューです!

<炒めなます>
生の魚介と大根、にんじんと酢で作ったことから、なますの名がつけられました。今は魚介の代わりに、昆布やゆずの干切りも用いられます。給食では、だいこんやにんじんのほかに糸かまぼこなどの食材を入れて少しアレンジしています。



こんだて
【献立】
2024年 令和6年
・牛乳
・青菜しらすごはん
・さつま雑煮
・炒めなます
・みかん

<さつま雑煮>
雑煮は、もともと年神様にお供えしたその土地の産物と餅をひとつの鍋で煮て作ったものでした。地域の産物を使って作るため、地域や家庭によって様々な雑煮が存在します。