

# EAT通信

# 1月

令和2年(2020年)  
和歌山市立 小倉小学校



～食事は落ち着いて よくかんで食べましょう～

あけましておめでとうございます。新しい年が始まりました。今年も安心安全

でおいしい給食を提供していきたいと思えます。よろしく願いいたします。



## 1月24日から30日は全国学校給食週間です！

日本の学校給食は明治時代、山形県鶴岡市で始まりました。お昼ごはんを

持って来ることができない子どもたちに、学校がおにぎりや魚、漬物を用意した

のが始まりです。その後、学校給食は全国に広まりましたが、第二次世界大戦

で中断されました。戦後、海外からの救援物資で再開された学校給食は、栄養

が不足した多くの子どもたちを救いました。当時の感謝の気持ちを忘れずに、

学校給食の大切さを考えるためにあらためて作られたのが「学校給食週間」です。

和歌山市では、この給食週間中の献立に和歌山県の特産物や地域でとれた

食材を使います。



☆うちのひとといっしょにみてくださいね！

### 今月の給食目標「きまりを守り、協力しよう」

☆安全に気を付けて順序よく配ぜんするくふうをしよう

☆当番の人に協力しよう

### 「まごはやさしい」の食材を取り入れたおせち料理

「ま」 豆類・・・黒豆など



「ご」 ごま・・・たたきごぼう、田作りなど



「は(わ)」 わかめ・海藻・・・昆布巻きなど



「や」 野菜・根菜類・・・紅白なます、煮しめなど



「さ」 魚類・・・田作り、海老や鯛の焼き物、かまぼこ、数の子



「し」 しいたけ(きのこ類)・・・煮しめなど



「い」 いも類・・・きんとん、煮しめなど



「まごはやさしい」の食材は、  
食事に取り入れることで健康的な食生活が送れる合言葉です。