

# 給食だより



令和7年1月8日

No.8

川崎市立南菅小学校

おうちのひとといっしょによみましょう

あけましておめでとうございます。本年もおいしい給食を作ってまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。1月は全国学校給食週間があります。これを機に給食の役割について知り、考えてみませんか？



## 1月の献立紹介

- 寒さが厳しい時期なので、温かい献立や、季節の食品をできるだけ多く使っています。また、日本の食文化に触れられるように、雑煮も取り入れています。
- 『給食週間』 24日（金）実施  
ごはん 焼きのり 牛乳 さけの塩焼き 煮びたし みそ汁
- 『かながわ産品学校給食デー』 20日（月）実施  
ごはん 赤しそごま 牛乳 肉じゃが みそ汁  
神奈川県内産の米、牛乳、大根、小松菜を使用した献立です。
- 新献立 『さばのねぎみそかけ』 8日（水）実施  
油で炒めた長ねぎ・水・赤みそ・砂糖・みりん・酒・水溶き片栗粉でねぎみそだれを作り焼いたさばにかけました。
- 今月の季節の食品  
大根、キャベツ、ごぼう、小松菜、セロリ、ほうれん草、長ねぎ、白菜、のり



## 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、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校において、明治22年に無償で始まったのが始まりです。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、骨づくりや将来の骨粗しょう症予防のために重要です。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で出されています。

アレルギーなどで牛乳を飲めない人は、小魚や大豆製品、色の濃い葉物野菜などを積極的に食べて、カルシウムを摂取しましょう。

## おいしい絵本

『日本全国給食図鑑  
東日本編・西日本編』  
フレーベル館



『日本全国給食図鑑  
東日本編・西日本編』

47都道府県の給食を大紹介！各地の特色ある給食にページをめくるたびワクワクしてしまいます。私は岐阜県の朴葉ずしに興味津々です。

全国の牛乳パックの一覧や、お雑煮の違いなども紹介されています。これを読んで給食博士になってみませんか。

