



給食だより



家庭数配付

令和6年度 1月号
川崎市立 生田小学校

日に日に寒さが増して、本格的な冬が始まったように感じます。年末年始は、お休みということもあり、遅い時間に起きて朝ごはんを食べられなかったり、夜更かしをしてしまったりと生活のリズムが乱れやすい時期です。リズムが乱れてしまうと、元の生活リズムに戻すことが難しく、体調を崩す原因となります。早寝早起き、1日3食を心がけて生活しましょう。

* 1月の献立 *

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



新献立「さばのねぎみそかけ」

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。

行事食「給食週間」1月24日(金)

- ・ごはん
- ・焼きのり
- ・牛乳
- ・さけの塩焼き
- ・煮びたし
- ・みそ汁

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。明治22年、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に無料で学校給食を実施したことが給食の起源だといわれています。その際の献立（おにぎり、塩鮭、菜の漬物）を意識して、行事食として取り入れました。



* 給食費の徴収について *

1月は、2か月分の給食費の徴収がありますのでご注意ください。徴収月と日付は以下の通りです。2、3月分は、年度末にまとめた徴収となります。

12月分：1月6日(月)

1月分：1月31日(金)



* 人日の節句について *

毎年1月7日は「人日(じんじつ)の節句」です。この日は、無病息災を願い、七草がゆを食べる風習があります。七草とは「せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すすな・すすしろ」を指し、競り勝つ(せり)、撫でて汚れを払う(なすな)など、縁起の良い意味があるといわれています。



* 給食開始日 *

1月の給食開始日は **1月8日(水)** です。登校初日から給食がありますので、給食ナフキンや給食当番のマスク等、忘れ物がないよう気を付けましょう。