

食育だより

保護者様用



1月24日～30日は **全国学校給食週間** です

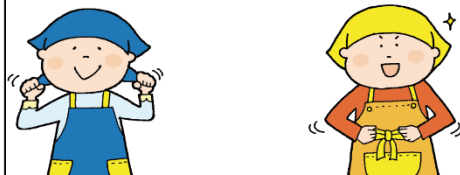
給食が始まったのはいつから？

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？

成長期に骨量が高めることは、骨づくりや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に出されています。

全国学校給食週間の給食では
 1/25 なみえ焼きそば
 1/27 ほっきごはん
 青のりのみそ汁
 1/30 ひきな炒り、こづゆ
 など福島県の郷土料理が給食に出される予定です。

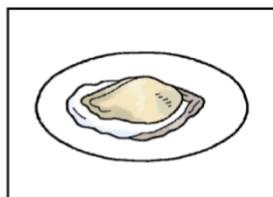
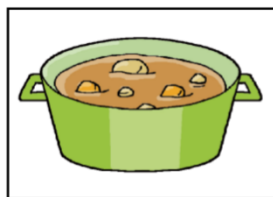
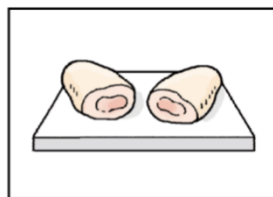


食中毒にご注意ください！

食中毒は、細菌やウイルスなどに汚染された食品を食べることで感染し、おう吐、腹痛、下痢、発熱などを引き起こします。梅雨時期と夏季は湿度や気温が高く、細菌が増えやすいので、細菌性の食中毒の発生件数が増加するのに対して、冬季は、ノロウイルスなどのウイルス性の食中毒の発生が見られます。また、春や秋には、他の時期に比べて、貝やきのこ類などの自然毒による食中毒が多く発生します。食中毒は年間を通して、一定の発生が見られますので、日頃から食中毒にご注意ください。

＜ 食中毒が発生する主な原因 ＞

傷がある手で調理したもの 加熱が不十分な肉 室温で長時間放置した料理 ウイルスに汚染された貝



給食だより

日立木幼稚園・小学校
令和5年1月10日

園児・児童用



あけましておめでとうございます

今年の目標は決まりましたか。今年も、好き嫌いせず栄養のバランスのよい食事を心がけて、健康に過ごしましょう！

日本の食文化を大切にしていきましょう！

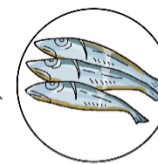


お正月、どんなお料理を食べましたか？年中行事には、昔ながら食べ継がれている特別な食べ物があり、それを行事食といいます。お正月に食べるおせち料理には、健康や長寿などの祈りが込められています。



田づくり

田んぼにこいわしの肥料をまいたことから、田づくりと呼ばれ、豊作の願いがあります。



こぶ巻き

昔は「ひろめ」と呼ばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。



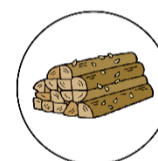
黒豆

まめは、まめに働き(勤勉)、まめに生きる(健康)という願いがあります。



たたきごぼう

ごぼうは、根が地中深くに入ることや豊年や息災の願いが込められています。



きんとん

きんとん(金団)には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。



数の子

数の子は、にしんの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いが込められています。



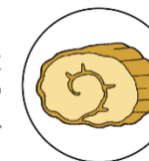
えび

えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いが込められています。



伊達巻き

巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。



かびを取り除けばもちを食べてもいい？



もちに生えたかびは、目に見える部分だけを取り除いても、目に見えないかびが生えている可能性があります。食品にかびが生えてしまったら、食べずに捨てましょう。そのため、かびが生えないように、適切に保存して食べきることをおすすめします。

