

感謝の心でいただきます♡

食べることは生きることです。食べ物がわたしたちの体をつくり、動かし、調子を整えてくれます。また、その食べ物の生産者さんや料理を作っている人たちがいるおかげで、食べることができます。

食べ物を大切にしよう

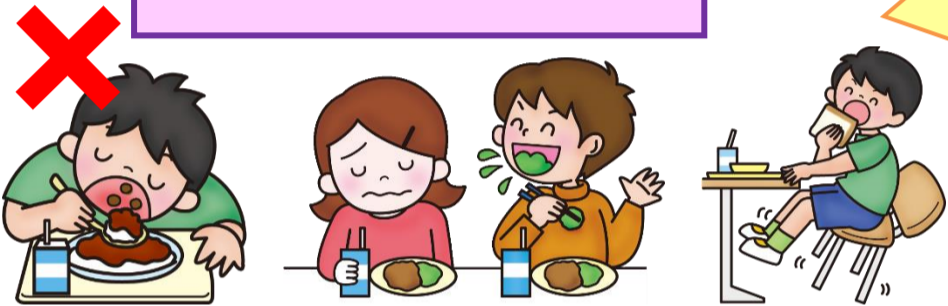


食べられる分だけもらうこと、食品をムダにしないように使い切る・買いすぎないことを意識してみましょう。  
食べ物が食べられることを当たり前思わず、命をいただいていることに感謝しましょう。

あいさつをきちんとしよう



マナーを守って食べよう



よい姿勢・はしの使い方・イスの座り方など、気をつけて食べましょう。  
マナーを守って食べることは、みんないっしょに楽しく、気持ちよく食べるために大切なことです！

あとかた後片づけをきちんとしよう



ねらい	日(曜)	ようじん かぜにご用心！				9日(金)
	予定こんだて	鶏肉の朝鮮焼き レシピ				しぎょうしき 3学期始業式 きゅうしょくなし
	きいろのなかま	寒いと免疫力が下がってしまいます。 栄養をしっかりとって、かぜやインフルエンザにかからないよう気をつけましょう！				
	あかのなかま					
正月料理を味わおう		みどりのなかま				
ねらい	日(曜)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
よくかんで食べよう	予定こんだて	せいじん ひ 成人の日	ハンバーグカレーライス 牛乳 イタリアンサラダ さつまいもチップス	ごはん 牛乳 とりにくのちょうせんやき 切りほしだいこんのガーリック炒め なっとうじる	ごはん 牛乳 さばのみそに キャベツのごまかけ なめこのかきたまじる	こめこしょくパン 牛乳 てりやきハンバーグ ごぼうサラダ コーンちゅうかスープ
	きいろのなかま		ごはん あぶら さつまいも	ごはん さとう ごまあぶらあぶら	ごはん さとう ごま	パン こめこ さとう かたくりこマヨネーズ ごまあぶら
	あかのなかま		牛乳 ぶたにく チーズとりにく	牛乳 とりにく ベーコンあぶらあげ なっとう とうふ	牛乳 さば たまご みそ	牛乳 とりにく ぶたにく チーズ まぐろ ベーコン とうふ たまご
	みどりのなかま		たまねぎ にんじん しめじ トマト キャベツ ブロッコリー パプリカ	しょうが にんにく きりほしだいこん にんじん ほうれんそう だいこん ごぼう なめこ こんにゃく ねぎ せり	キャベツ にんじん きゅうり えだまめ だいこん なめこ ねぎ	ごぼう ブロッコリー パプリカ コーン たまねぎ にんじん ほうれんそう

※ねらいの料理を斜字・下線で表記しています。また、様々な事情により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。



## 23日（金）給食はじまり

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の小学校で始まりました。  
お弁当を持ってこられない子どものために、お坊さんが「おにぎりと塩鮭と煮びたし」を用意したのが始まりとされています。

それから給食は全国に広まっていきましたが、戦争で食べるものが少なくなり、続けることができなくなってしまいました。戦後、栄養不足の子どもたちの様子を知ったアメリカの団体から、脱脂粉乳や小麦粉、缶詰の救済物資が届き、昭和21年12月24日に贈呈式が行われました。この日は冬休みのところが多いため、1か月後の1月24日が「給食記念日」となりました。  
毎日当たり前前に食べている給食ですが、長い歴史と多くの人の手がかかっています。この機会にもう一度「食べること」を考えてみましょう。



## 21日（水）寒鰯汁

山形県庄内地方の郷土料理で、「どんから汁」とも呼ばれています。  
もともとは、漁師さんたちが食べていた漁師料理といわれていて、冬に旬を迎える「マダラ」という魚を使った汁物です。具たくさん寒鰯汁を味わいましょう。

## 30日（金）きなこパン

子どもたちに大人気のきなこパンが登場です。調理室で、ひとつひとつ揚げています。



ねらい	日(曜)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)
給食の興味関心を高めよう	予定こんだて	ごはん 牛乳 さけのしおやき おかかあえ ごまみそしる	ごはん ぶりかけ 牛乳 ひでんまめいり あつやきたまご こまつなのいそかあえ つゆだくおでん	かおりごはん 牛乳 はるまき うのはないり かんだらじる	カレーライス 牛乳 フレンチサラダ 給食週間デザート (はちみつゆずゼリー) 【カレーの日献立】	おにぎり 牛乳 にしんしょうがに 県産はくさいのにびたし 【給食はじまりの献立】
	きいろのなかま	ごはん こむぎこ ごま	ごはん	ごはん あぶら こむぎこ さとう こめこ	ごはん じゃがいも あぶら さとう はちみつ	ごはん ぶ ごまあぶら
	あかのなかま	牛乳 さけ かつおぶし ちくわ あつあげ みそ	牛乳 たまご のり さつまあげ ちくわ	牛乳 おから さつまあげ たら とうふ みそ のり ぶたにく あぶらあげ	牛乳 ぶたにく チーズ かにかま	牛乳 にしん さつまあげ こうやとうふ
	みどりのなかま	ブロッコリー キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん	ひでんまめ こまつな もやし にんじん だいこん こんにゃく	こんにゃく にんじん ごぼう しいたけ ねぎ だいこん はくさい あおじそ	たまねぎ にんじん にんにく グリンピース キャベツ きゅうり ゆず	はくさい にんじん えのき
ねらい	日(曜)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
郷土料理や特産物を味わおう	予定こんだて	← 心を育む学校給食週間 →				
	予定こんだて	マーボーどん 牛乳 パンサンスウ 県産やさいとわかめスープ ＜セレクトデザート＞ おこめのタルト or ストロベリータルト	ごはん 牛乳 さんまのかんろに 県産キャベツのごまじょうゆ しょうないふういちに	つやひめごはん 牛乳 県産こめこからあげ やさしいために もやしじる	みそラーメン 牛乳 県産やさいのかおりあえ カルシウムヨーグルト	きなこパン 牛乳 ツナサラダ ラビオリスープ
	きいろのなかま	ごはん あぶら ごまあぶら かたくりこ さとう はるさめ ごま	ごはん さとう ごまあぶら さといも	ごはん あぶら こめこ	ちゅうかめん ごまあぶら	コッペパン あぶら さとう マヨネーズ こむぎこ
	あかのなかま	牛乳 ぶたにく とうふ みそ ハム わかめ	牛乳 さんま ぶたにく あつあげ みそ	牛乳 とりにく ハム わかめ あぶらあげ みそ	牛乳 ぶたにく みそ かにかま ヨーグルト	牛乳 きなこ まぐろ とりにく ぶたにく
	みどりのなかま	たまねぎ しょうが にんにく もやし きゅうり にんじん キャベツ えのき ねぎ	キャベツ ほうれんそう にんじん こんにゃく ねぎ ごぼう	キャベツ こまつな たまねぎ にんじん もやし にんにく しょうが ピーマン	たまねぎ もやし にんじん たら ねぎ コーン にんにく はくさい ほうれんそう	キャベツ ブロッコリー パプリカ はくさい にんじん たまねぎ

※ねらいの料理を斜字・下線で表記しています。また、様々な事情により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。