

れいわ ねん 令和2年 がつ にち 1月15日

おかざきしりつむつ みちゅうぶしょうがっこう
岡崎市立六ツ美中部小学校

えいようきょうゆ いけだ あやか
栄養教諭 池田 彩佳

しよくいく
食育だより

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします。お正月はゆっくり過ご

せましたか？まだまだ風邪やインフルエンザの流行が心配される時期です。三学期からも十分な

睡眠、バランスの良い食事など規則正しい生活を心がけましょう。

＜おせち料理の由来＞

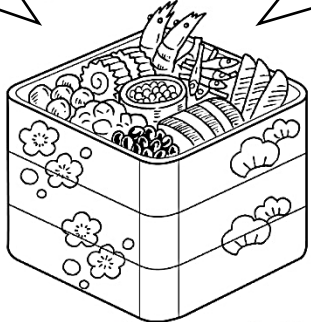
おせち料理にはいろいろな意味が込められています。そのうちのいくつかを紹介します。

かずのこ
かずのこはにしんの卵巣。たくさん卵があるので、子孫繁栄の意味が込められています。

たづくり
昔、いわしを田の肥料にしていたことから、豊作をもたらすという意味が込められています。

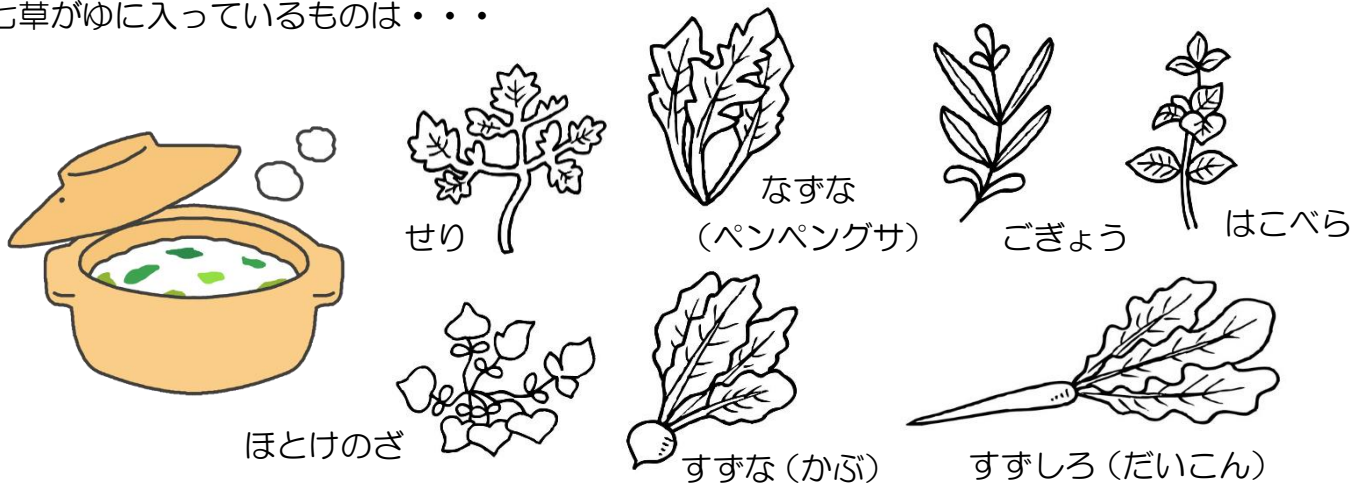
くろまめ 黒豆
まめで健康に暮らせますようにという意味が込められています。

えび
腰が曲がるまで長生きするようになど、長寿の意味が込められています。



＜春の七草＞

七草がゆに入っているものは・・・





が づ に ち が づ に ち が っ こ う き ゅ う し ゃ く し ゅ う か ん
 <1月24日～1月30日は学校給食週間です>



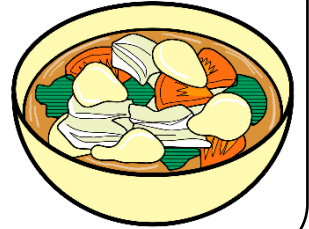
が っ こ う き ゅ う し ゃ く し ゅ う か ん が っ こ う き ゅ う し ゃ く り か い ふ か か ん し ん た か も くて き し ば さん ぶ つ
 学校給食週間は、学校給食への理解を深め、関心を高めることを目的としています。地場産物

き ょ う ど し ゃ く と い き ゅ う し ゃ く し ゃ く し
 や郷土食を取り入れた給食を実施しています。

に ち
 24日「すいとん」

すいとんとはこむぎこからつくられます。せんじちゆうせんごしよくりようじだい
 戦時中や戦後の食料がない時代

こめかにお米の代わりとしてよく食べられていました。

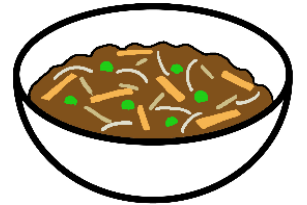


に ち き ゅ う し ゃ く し ゅ う か ん き ね ん こ ん だ て
 28日（給食週間記念献立）

に ち お か ざ き や さ い
 「めざせ1日350g岡崎野菜たっぷりマーボーどん」

さくねんがっこungskyoushok
 昨年の学校給食メニューコンクールでゆうshoushou
 優秀賞に選ばれたメニュー

お か ざ き さ ん や さ い つ か
 です。岡崎産の野菜がたっぷり使われています。



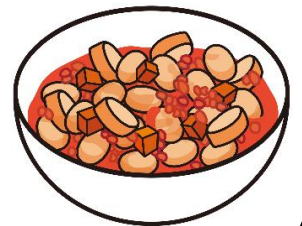
に ち
 29日

こめこ
 「米粉ロールパン」

お か ざ き さ ん こめこ つか
 岡崎産の米粉を使ったパンです。もちもちとした食感が楽しめます。

「ポークビーンズ」

お か ざ き さ ん だいす つか
 岡崎産の大豆を使っています。



に ち さ ん こ ん こ さ い
 31日「三根五菜みそしる」

が っ こ う き ゅ う し ゃ く し ゅ う か ん
 学校給食週間ではありませんが、
 いっしょに紹介しておきます。

つちなかの野菜と5つの地上の野菜が入った臭だくさんのみそ汁の

ことをいいます。とくがわいえやすこのたいはい
 徳川家康が好んで食べたと言われています。給食では

お か ざ き さ ん つか や さ い
 岡崎産のみそを使い、野菜は、だいこん、さといも、ごぼう、こまつな、

はくさい、だいこんば、ねぎ、みつばの8種類が入っています。

