



平成25年1月分給食予定献立表



墨田区立向島中学校

Table with columns: 日付, 献立名, 使用食材, エネルギー, タンパク質. Rows include items like フレンチトースト, とうふめし, チキンカレーライス, etc.

・献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください
22日(火)1年生は鎌倉史跡巡りのため、給食がありません。

今月の目標・・・日本の食文化を知ろう

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひいたします。
12月末から1月にかけて、年越しそば、お正月のお雑煮・おせち料理、七草がゆ・鏡開きと日本の食文化に触れる機会が多い月です。それぞれに先人の教えがいっぱい詰まっています。大切にしましょう。



全国学校給食週間が始まります。

毎年1月24日～30日は全国学校給食週間です。これは、戦争により中断していた学校給食が、昭和21年12月24日に再会したことを記念して始まりました。(数年後には、冬休みになってしまうので一ヶ月繰り下げて1月24日からになりました。)

現在は、全国で学校給食の意義や役割について考え、理解や関心を深める週間です。今年、(明治22年の最初の献立鯉の塩焼き)(昭和27年頃の鯨の竜田揚げ 調査捕鯨の物を使用)(昭和40年代頃の五目豆)を給食に取り入れてみました。



おがれがせ予防!

ビタミンCは、免疫力を高める働きなどがあり、かぜ予防に効果的な栄養成分です。体の中に貯蔵できず排出されてしまうので、毎日とる必要があります。

そこで、おすすめなのが冬が旬のみかん。ビタミンCが多く含まれて、調理の必要がなく、手軽にビタミンCをとることができます。間食やデザートにみかんを食べて、かぜに負けないようにしましょう。

