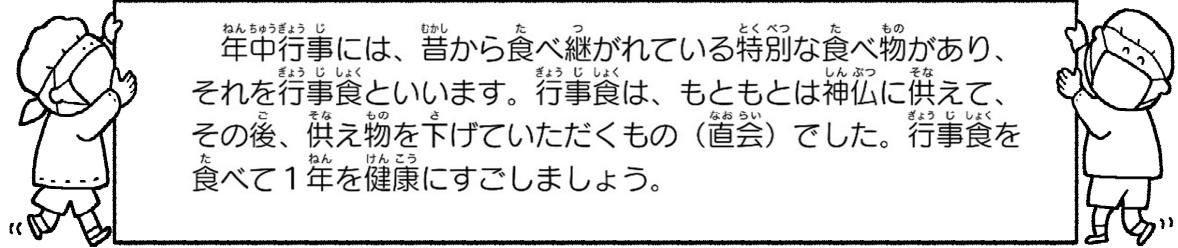




きゅうしょく 給食だより 1月号

たまのしりつがっこうきゅうしょく
玉野市立学校 給食センター



年中行事には、昔か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。行事食は、もともとは神仏に供えて、その後、供え物を下げていただくもの（直会）でした。行事食を食べて1年を健康にすごしましょう。

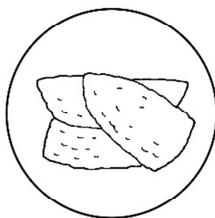


おせち料理のいわれ

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。

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。



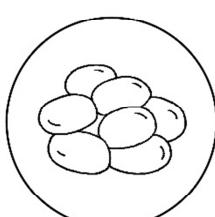
田づくり

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



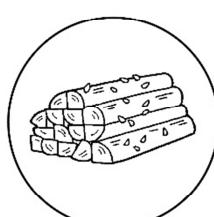
黒豆

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。



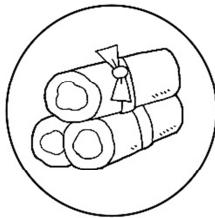
たたきごぼう

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。



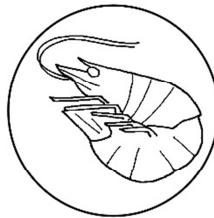
こぶ巻き

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



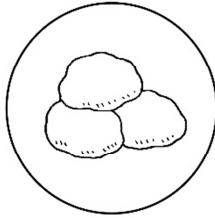
えび

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。



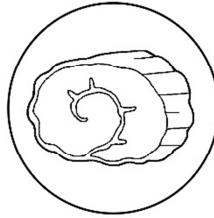
きんとん

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。



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。



全国学校給食質問



給食が始まったのはいつから？

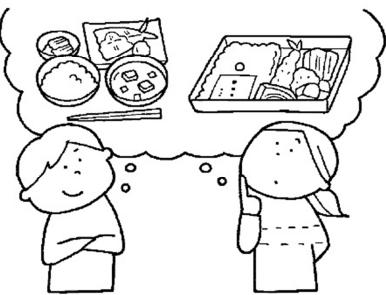
日本の学校給食は、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校において、明治22年に無償で始まったとされています。その目的は、貧困児を救うためのものでした。

給食に牛乳が出るのはどうして？

成長期に骨量を高めることは、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るのです。

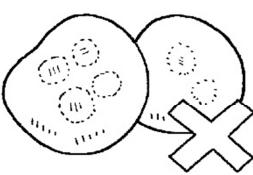
将来の健康のために 食品を選ぶ力をつけよう

健康な生活を送るためにには、規則正しい食生活が欠かせません。栄養素のとりすぎや不足を避け、栄養バランスをととのえて、正しい知識と情報に基づいて、自分で判断して食品を選ぶ力を身につけましょう。正しい知識と情報を見極められるように、日頃から食品や栄養素、安全面、衛生面に关心を持ちましょう。



Q. カビを取り除けばもちを食べてもよい？

A. もちに生えたカビは、目に見える部分だけを取り除いても、目に見えないカビが生えている可能性があります。食品にカビが生えてしまったら、食べずに捨てましょう。



衛生管理のプロ

