

1月 給食だより



令和8年1月8日
江戸川区立南葛西第二小学校
校長 川浦 孝彦

あけましておめでとうございます

冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬ
二月逃げる三月去る」と言われてきたように、年度末に向けて月日が
流れるのを早く感じる時期です。風邪やインフルエンザも流行していま
すので、体調管理にはより一層気をつけて、1日1日を大切に過ごして
ほしいと思います。



今年はうま年！



うまいように野菜を
たっぷり食べよう！



箸をうまく使いこなして
きれいに食べよう！



よく味わってうまい
を感じよう！

お年玉はもちだった！？

お正月は、普段より日本文化を感じる機会が
多かったのではないでしょうか。さて、子供たちにとって、お正月の楽しみといえばお年
玉。もともとは、お正月の「歳神様（年神様）」にお供えした「もち」を、歳神様からの贈
り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



1月の献立

鏡開き献立

13日（火）

【おしるこ】

1月11日は鏡開きです。鏡開きは、鏡もちを
小さく割っておしるこなどに入れ、無病息災を願つ
て食べる行事です。

もちを小さくするのに、包丁など刃物を使うのは
武士の「切腹」を連想させるため縁起が悪いとされ、
木づちや手で割ります。また、「割る」ではなく、
「開く」という縁起の良い言葉が使われます。
給食では、白玉が入ったおしるこを作ります。



食育の日献立

食育の日（19日）に合わせて、給食に日本全国
の郷土料理や名産品を取り入れています。

今月は「東京都」です。

19日（月）

【のりの佃煮】

佃煮は、中央区佃地区で生まれた料理で、江戸
時代から食べられています。給食では「のり」を
使って佃煮を作ります。

【ちゃんこ汁】

ちゃんこ鍋は、相撲部屋で生まれた東京都の郷土
料理です。肉、魚、野菜など、たくさんの中材を大
きな鍋で煮込んで作ります。

味付けはしょうゆ、みそ、塩など、相撲部屋に
よって変わります。