

給食だより 12月号



寒さが強まり、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなどが猛威を振るう季節になりました。寒いと手を洗うのが億劫になりますが、感染症を防ぐにはせっけんを使ったていねいな手洗いが大切です。また、食事や睡眠をしっかりとって抵抗力を高め、丈夫な体を作りましょう。

令和7年11月28日
江戸川区立平井南小学校
校長 岡田 盛雄
栄養士

年末年始の行事食

11月24日は「和食の日」でした。平成25年に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録され、日本で受け継がれてきた食事の伝統が世界に認められました。日本の食文化は、年中行事と密接に関わって育まれ、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。大晦日やお正月に食べる日本の伝統的な食事にも、一つ一つにしっかりと意味が込められています。1月の給食では、人日の節句や鏡開きにちなんだ給食を出す予定です。

年越しそば(12月31日 大晦日)



年末年始の大晦日に食べます。そばは切れやすいため、1年間の災厄を断ち切るという意味があります。

おせち・お雑煮(1月1日 正月)



「めでたさを重ねる」意味を込めて、重箱に詰めます。おせちに入る料理にも、それぞれ意味があります。

七草がゆ(人日の節句 1月7日)



1年間の無病息災を願うため、正月のごちそうで弱った胃を休めるために食べます。

おしるこ(鏡開き 1月11日)



正月に神様に供えたもちを、おしるこやお雑煮に入れて食べ、新しい1年の無病息災を祈ります。



ころりんおむすび



名探偵のマカロニサラダ



森のカレーライス

みなみフェス
特別給食を行いました



サファリクッキー



祭りめし



たんこぶつくね

マジョリンスペシャルランチ

