



給食だより 2018. 1月号

新宿区立牛込仲之小学校
校長 佐藤弘明
栄養士 大濱千佳



1月の行事食・郷土料理・外国の料理

10日(水) 人日の節句こんだて
春の七草とは、“せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな(かぶ)・すずしろ(大根)”のことです。給食では、すずな・すずしろを入れたあんかけごはんを作ります。

春の七草、全部わかりますか？
正解は10日の給食時間に
お知らせします😊



11日(木) 鏡開きこんだて
給食では鏡餅の代わりに、白玉団子を入れたぜんざいを作ります。白玉団子もぜんざいも、給食室で手作りします。のどに詰まらせないように、よくかんで食べましょう！

1月の郷土食&外国の料理

25日(木) 東京都の郷土料理(深川めし、塩ちゃんこ汁)

26日(金) 韓国の料理(プルコギ丼、わかめスープ)

1月24日～31日は“全国学校給食週間”です！
詳しくは右のページをご覧ください。



うしなか給食週間&学校給食クイズ

1月24日からの1週間は、「全国学校給食週間」です。この期間は給食の良さを知ってもらうため、全国で様々な取り組みが行われています。

牛込小では22日(月)～26日(金)の5日間を「うしなか給食週間」とし、各テーマに沿った給食を作ります。この機会に、みなさんも学校給食について学んでみましょう！



学校給食クイズにチャレンジ！正しい方を選んでね★

22日(月) 世界文化遺産 和食を食べよう！	和食では食器の並べ方が決まっており、ごはんを(① 右・左)、汁物を(② 右・左)に置きます。
23日(火) 昔の給食に チャレンジ！	昭和30年代～40年代の給食をイメージした献立です。昭和30年代の給食は毎日(③ ごはん・パン)でした。
24日(水) 牛込小の 給食室紹介！	牛込仲之小学校では、毎日約350人分の給食を(④ 7人・10人)の調理員さんが作っています。
25日(木) 郷土料理を 知って食べよう！	「深川めし」と「ちゃんこ汁」は東京都の郷土料理です。ちゃんこ汁では(⑤ ぶた肉・とり肉)を使うことが多いです。
26日(金) 外国の料理を 知って食べよう！	キムチやチヂミなど、日本でも人気の韓国料理。「プルコギ」の「プル」は(⑥ 火・水)、「コギ」は肉という意味です。

正解は裏面です。