



1月スクールランチ



令和4年1月
野々市市中学校給食センター

あけましておめでとうございます。冬休みが終わり、新しい年が始まりました。今の学年で過ごすのも残りわずか…「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」というように、この3か月間はいつも以上に時間が過ぎるのを早く感じる時期です。食事をしっかりとって、健康第一に過ごしましょう。

寒さに負けない食べ物

「寒」とは二十四節気のうち、小寒（1月6日～20日）と大寒（1月21日～2月4日）のそれぞれ15日をあわせた30日間のことを言います。この時期には「寒」と名前のつく、寒さでおいしさの増した食べ物が出回ります。冬を元気で過ごすために栄養たっぷりの「寒」の食材を味わいましょう。

「寒」の食べ物



「寒」の野菜



ほうれん草や小松菜、白菜などは寒くなればなるほど甘味が増します。雪の下から掘り起こして収穫するキャベツなどもあります。

あたたかい食べ物



寒い時は、温かい食べ物を食べて体を温めるといいですね。特に鍋料理は野菜をたくさんとれるので、この時期お勧めです。

1月24日～30日は、全国学校給食週間です

明治22年、山形県の小学校で始まったとされる学校給食。戦争によって中止されながらも、さまざまな歴史をたどり、現在まで続いています。「全国学校給食週間」は、戦後にアメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

期間中は、郷土料理や野々市市の特産物を使った献立、中学生学校給食献立コンクールで入賞した献立をアレンジした内容で給食に登場します。

24日（月）野々市市の地場産物を使った献立（野々市市産ハーブを使用）

ナシゴレン風混ぜご飯、鶏肉のハーブ焼き、ソウメ卵スープ

25日（火）金沢の郷土料理の献立

治部煮やれんこん団子汁、五郎島金時まんじゅうなど

26日（水）白山市の食材を使った献立

ケンザッキーチキン（剣崎なんば）、粕汁（酒粕）など

27日（木）能登地方の食材を使った献立

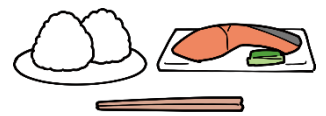
イカフライ（イカ）鶏野菜汁（とり野菜みそ）など

28日（金）中学生献立コンクール入賞献立

野々市中1年生 高瀬 大翔さんが受賞しました。

石川の食材を工夫して取り入れた献立です。

明治22年



山形県の私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこられない子どもたちのために食事を提供したのが、日本の学校給食の始まりとされる。



現在



完全給食（主食・おかず・牛乳）という形をとり、地域の特色ある献立や地場産物を使った献立を取り入れている。