



1月 学校給食だより

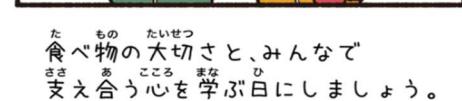
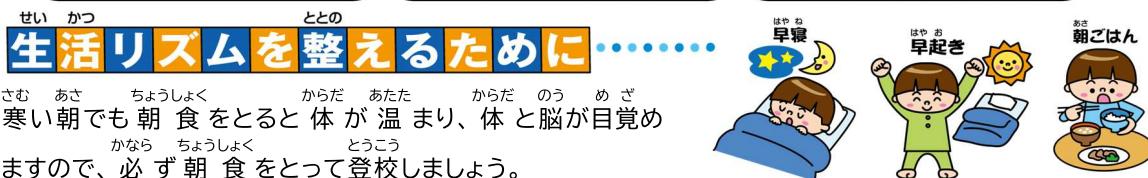
鶴岡市藤島
心れい食センター
令和7年度 家庭用

寒さに負けず、冬を元気に過ごそう!

今年度も残すところあと3ヶ月となりました。昔から「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、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。

風邪予防にとりたい栄養素と食べ物



◆伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

*地域や家庭によって違いがあります。

新しい年の始まりであるお正月は、その年の幸福や豊作をもたらす「歳神様」(年神様・歳徳神)を各家庭にお迎えする日本の伝統行事です。家族そろって、おせち料理やお雑煮といった正月料理を食べて、新年の無事を祈ります。現在では、おせち料理を手作りする家庭が減っていますが、伝統的なおせち料理には、新年への願いを込めた縁起の良い食べ物が使われています。



参考: 全国学校給食協会「学校給食」

今月の地産地消情報

ふじしまさん 藤島産	つるおか 鶴岡・庄内産	けんないさん 県内産
生揚げ 豆腐 油揚げ 平飼い卵 大豆 じゃがいもねぎ 山東菜 大根 小松菜 赤かぶ漬け	米(つや姫・雪若丸・はえぬき) 牛乳 みそ 豚肉 干し椎茸 だだちゃ豆 いなだ たら ほうれん草 ねぎ チンゲン菜 なめこ	やまこめもっちりパン 米粉めん 豚肉 りんご マッシュルーム

★今月の地産地消ウィークは19日~23日です。

学校給食レシピ

新たにレシピを追加しました。

