



1月 学校給食だより

櫛引学校給食センター
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か月となりました。昔から「一月住む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



生活リズムを整えるために

寒い朝でも朝食をとると体が温まり、体と脳が目覚めますので、必ず朝食をとって登校しましょう。

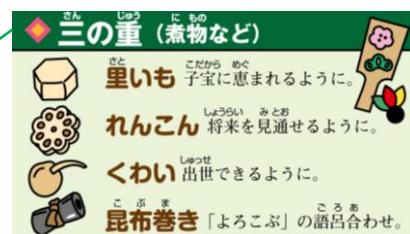
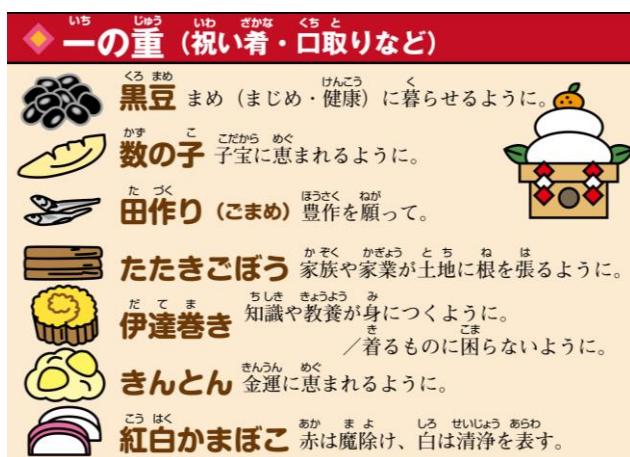


1月17日はおむすびの日
1951年この日、阪神淡路大震災が起きました。
おむすびの日です。

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1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、新年への願いを始めた縁起の良い食べ物が使われています。



今月の地産地消情報

鶴岡産	庄内産	県内産
ごはん（はえぬき・有機米つや姫・つや姫・雪若丸）	豚肉・たまご	米粉・大豆・豆腐
キャベツ・ほうれん草・小松菜・大根・にんじん	チンゲンサイ	生揚げ・油揚げ
ねぎ・白菜・トマト・しいたけ・だだちゃ豆・トマト		切り干し大根
りんご・わらさ・いなだ・酒かす・お豆腐かまぼこ		里いも・りんご
鶴岡メンチカツ		ラフランス・もも

★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。

