



SUKU 2



食のおたより 1月

ふゆ の ぎゅう
冬にも飲もう！牛



冬は、気温が低くなるため、牛乳の摂取量が減少します。特に年末年始は、冬休みで給食が無くなることや、家庭で牛乳を飲む機会が少なくなりがちです。しかし、牛乳のもとになる生乳は母牛から絞るので簡単に生産量を減らすことができます。牛乳はカルシウムがたくさん含まれているので、温めて飲んだり、料理に使ったりして、しっかりとるようにしましょう！



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

全国学校給食週間



1月24日から1月30日までは、全国学校給食週間です。明治22年に始まった給食は、戦争の影響で中断されました。その後、昭和22年12月24日にアメリカから給食物資を貰い、給食を再開することができました。そのため、冬休みと重ならない1か月後の1月24日から30日までを全国学校給食週間としました。清原地域学校園では、さらに給食に関心をもってもらうため、この1週間ははしの使い方を見直す献立を実施します。

1月24日

「あつめる」献立

- ・二色丼
- ・おひたし
- ・豆乳味噌汁

細かいそぼろも、1か所にあつめて、きれいに食べましょう。

1月27日

「つまむ」献立

- ・五穀ごはん
- ・酢豚
- ・青梗菜と豆腐のスープ

いため物をはしでつまんできれいに食べましょう！

1月28日

「さく」献立

- ・麦入りごはん
- ・焼き魚
- ・ごま酢和え
- ・豚と大根の煮物

魚をはしでさいて一口サイズにして食べましょう！



1月29日

「まく」献立

- ・麦入りごはん
- ・ぎょうざ ・からしあえ
- ・ひじきの炒り煮
- ・味付けのり

はしをつかい、ごはんをのりで巻いてみましょう！

1月30日

「はさむ」献立

- ・ミルクパン
- ・アジフライ
- ・いそべあえ
- ・けんちんうどん



めんをはさんで口に運びましょう。

宇都宮市では給食食材検査を月に1回実施しております。本校で使用した食材の検査結果をお伝えします。

〈食 材〉大根(小山)
〈検査日〉12月17日
〈結 果〉放射性ヨウ素、放射性セシウムともに下限値未滿。

こんげつ
今月の

き
気にな
る



みやつ 1/22
こ

宇都宮産の食材や、郷土の料理を味わう宮っ子ランチ冬メニューでは、童芋コロッケやにらごまあえを提供します

せつぶ 1/31
ん

2月2日(日)は節分です。節分では病気や災害を鬼に見立て、それを追い払うために豆まきをします。



べんとう
お弁当の



12月12日にお弁当の日を実施しました。お弁当は自分でつくれましたか? 「自分でおかずを詰められた!」「卵焼きを上手に巻けた!」「お弁当作りは時間がかかることが分かった」「朝起きたらお弁当がすでに出来ていた…」と、お弁当計画カードで振り返る様子が見られました。保護者の皆様、お弁当作成にご協力いただき、ありがとうございました。



かがみびら
1月11日は鏡開き



かがみびら鏡開きでは、お正月にお供えた鏡餅はを木槌などで割ってお汁粉にします。

