

1月 給食 だよ

『食堂は教育の場』
～ 弘学館の給食は、好き嫌いなくすべてを楽しく
食べる子どもを育てることを主眼としています。～

2025年1月 弘学館 給食室

新年あけましておめでとうございます



今年もどうぞよろしくお願い致します。皆様は、どのようなお正月を過ごされた
でしょうか。この一年が皆様にとって素晴らしい年であることをお祈り申し上げます。
一年の始まりに、伝統的な行事や行事食について調べてみませんか？



○行事食とは・・・？

行事食とは、四季折々の伝統的な行事でつくられている特別な食べ物のことを言います。
行事食には、季節の旬の食材を使用したものが多く、季節の風物詩の一つにもなります。

○主な行事と行事食

【1月】正月（おせち料理、雑煮、お屠蘇）・人日（七草粥）

鏡開き（おしるこ、ぜんざい）

【2月】節分（福豆、恵方巻き）

【3月】桃の節句（ちらし寿司、蛤のお吸い物、菱餅、ひなあられ）・彼岸（ぼた餅）

【4月】花見（花見団子）

【5月】端午の節句（柏餅、ちまき）

【7月】七夕（そうめん）・土用の丑の日（うなぎなど「う」のつく食べ物）

【8月】お盆（精進料理）

【9月】彼岸（おはぎ）・十五夜（月見団子）

【11月】七五三（千歳飴）

【12月】冬至（かぼちゃ、小豆粥）・大晦日（年越しそば）



《食育クイズ～1月～》

冬が旬のブロッコリーですが、生のブロッコリーの上から水をかけると
水はどうなるでしょうか？

※正解は来月の給食だよで・・・

- ①ブロッコリーの中を流れて下に流れる
- ②ブロッコリーの中に吸収される
- ③ブロッコリーにはじかれる



12月の食育クイズの答え

①悪い縁を切るため

年越しそばを食べる由来には、そばが切れやすい
ということにちなんで「その年の悪い縁や苦労をきり
捨てて新年を迎える」事があります。他にも、「長寿
を願う：そばが細長い事に由来」や「体をきれいにし
て新年を迎える：そばが健康に良い事に由来」など
もあります。