



1月給食だより

令和8年1月号
都立城東特別支援学校
校長 秋本 友美
栄養士 木村 由美

新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。日本には、四季折々の行事があり、それにまつわる行事食があります。特に、1月はこの1年を無事に過ごせるように、家族の健康や幸せを願って食べられるさまざまな行事食があります。

～今月の献立～ 鏡開き

1月11日は鏡開きです。お正月にお供えた鏡もちを木づちなどで割って食べます。ただし、「割る」や「切る」という言葉は縁起が悪いので、「開く」という言葉を使います。割ったものは1年の幸せを願って、おしるこやそうじなどにして食べます。1月9日の給食は、鏡開きをイメージしたおしるこです。



1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう!

日本の学校給食は、明治22年、山形県の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

明治22年ごろ	大正12年ごろ	昭和17年ごろ
おにぎり 塩ザケ 漬物	五色ごはん 栄養みそ汁	すいとんのみそ汁

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年12月24日にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されました。当初はこの日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」とすることになりました。

昭和22年ごろ	昭和27年ごろ
ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー	コッペパン ミルク(脱脂粉乳) 鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム

昭和25年に、アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が始まりました。

学校給食の内容は時代とともに変化していますが、いつの時代も変わらずに、「子どもたちが飢えることなく、おいしく食べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。

現代では、大人になっても自分自身で考えて健康な食生活続けることができるように、学校給食は「教材」としての役割も担っています。

給食では、1月27日、28日が昔の給食、1月29日が東京都の郷土料理の献立です。