



あけましておめでとございます

新しい年を迎えました。今年はどうな年にしたいですか。

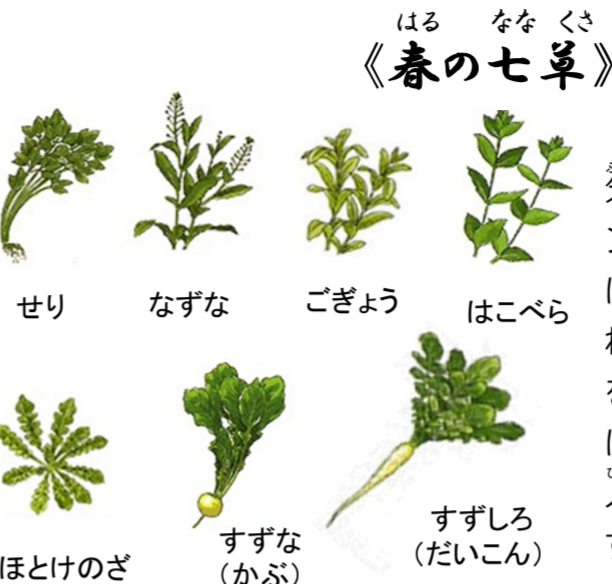
「一年の計は元旦にあり」という言葉があります。一年のはじめの元旦にその年の計画を立て、目標に向かって過ごしていこうという意味です。みなさんも健康で元気に過ごすための目標を立ててみましょう。

給食センターでは、今年も安全でおいしい給食を職員一同力を合わせて作ってまいります。本年もどうぞよろしくお祈りいたします。



1月7日は「七草がゆ」の日

お正月明けの1月7日は「七草がゆ」を食べる習慣があります。おかゆに入れる7つの野草は「春の七草」と呼ばれています。春の七草の名前は、昔から和歌（短歌）の形にされて覚えてきました。



《春の七草》

どれも栄養豊富で、鉄分、カルシウム、ビタミンを補給し、お正月料理に疲れた胃を休ませてくれます。新年に無病息災を願って食べる七草がゆには、自然の恵みと昔の人の知恵が感じられます。

1月24日～30日は全国学校給食週間

1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。今年の鳥取市のテーマは、「とっとりっ子の「いただきます！」～おいしく食べてわくわく学ぶ学校給食～」です。学校給食週間に合わせ、鳥取の食材をたくさん使った献立や、エリアが拡大されたことを記念し、祝「山陰海岸ジオパーク献立、砂の美術館の次期展示国ドイツの料理を取り入れた献立が登場します。全国学校給食週間をよい機会とし、学校給食や食について考えてみましょう。



Main table with columns for Day, Holiday, Main Dish, Dairy, Main Course, Side Dish, Dessert, Food Group, Nutritional Value, and Theme/Message.

※食品分類表の太字は、鳥取市産の食べ物です。食材調達の関係で、産地が変更になることがあります。 ☆鳥取市のホームページで「献立表」「食育だより」「今日の給食」「給食レシビ」「とっとりふるさと探検」、スマートフォンアプリ「とっとり便利帳」で「献立表」「食育だより」がご覧いただけます。



Main table containing school lunch menus for January. Columns include date, main dish, side dishes, dessert, food groups (protein, vegetables, etc.), and nutritional values (energy, fat, etc.).

*食品分類表の本字は、鳥取市産の食べ物です。食材調達の関係で、産地が変更になることがあります。 ☆鳥取市のホームページで「献立表」「食育だより」「今日の給食」「給食レシピ」「とっとりふるさと探検」、スマートフォンアプリ「とっとり便利帳」で「献立表」「食育だより」がご覧いただけます。