

1月



令和8年 1月8日
豊島区立仰高小学校

年中行事には、昔から食べ継がれている特別な食べ物があり、それを行事食といいます。行事食は、もともとは神仏に供えて、その後、供え物を下げていただくもの（直会）でした。行事食を食べて1年を健康にすごしましょう。



受け継ごう 日本の食文化



地域や家庭に伝わる行事食を知ってつくったり、食べたりしましょう。

おせち料理



おせち料理は、もともと、節日（季節のかわり目）に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物とともにを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ



七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）のことです。

給食で使用している食材の産地について

（先月使用した食材の産地です）

小松菜…東京、群馬

玉ねぎ…北海道

キャベツ…東京、茨城、
愛知

もやし…栃木

豚肉…茨城、群馬、埼玉、千葉

鶏肉…宮崎、鳥取、青森

牛乳集乳エリア…千葉

お米…千葉県産 「ふさこがね」

秋田県産 「あきたこまち」