



1月給食だより



新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。みなさんはどのような冬休みを過ごしましたか。休みの間は生活リズムが乱れやすくなります。生活リズムを整え、3学期も元気に過ごせるように心がけましょう。

はやね はやお あさ
早寝・早起き・朝ごはん
せいかつ ととの
生活のリズムを整えよう

あさ 朝ごはんを食べていない人は
なに た 何か食べることから
チャレンジしてみるっちい！



朝ごはんを食べると体温が上がり、眠っていた脳にエネルギーが補給されて、元気に活動できるようになります。

朝ごはんをしっかりと食べて、1日を元気にスタートさせましょう。

また、日中は明るい環境で体を動かす習慣をつけると、寝つきもよくなり、1日の生活リズムが整います。

1月24日から30日は

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

こんげつ きゅうしょくもくひょう きゅうしょく し
今月の給食目標 給食について知ろう！

1947年、戦争によって中断していた学校給食が再開しました。初めは給食用物資が贈られた12月24日を記念日としていましたが、その後、冬休みと重ならない1か月後の1月24日から1月30日までを全国学校給食週間としました。

現在の学校給食は、学校に通うみなさんが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるための生きた教材として、「食育」の役割を担っています。

27日は

きゅうしょく ひ
あまつっこ給食の日

「あまつっこ給食」とは天津わかしお学校に通う児童と板橋区内の学校に通うみなさんとの交流給食のことです。

あまつ 天津わかしお学校は、板橋区が千葉県鴨川市に開校している、健康改善を目的とした特別支援学校で、区役所からは車で約2時間のところにあります。

美しい海岸線と緑の山々に囲まれた自然豊かな学校で3年生から6年生までの児童が寄宿舎から通っています。

今回は「ひじきの春巻き」を献立に取り入れました。



こんげつ いたばし のうえんかいきゅうしょく
今月の板橋ふれあい農園会給食は、板橋区産の長ねぎを使用した
「魚の板橋区産ねぎみそ焼き」「すまし汁」だっちい！