

1月給食だより



いたばしくしよく
板橋区食育キャラクター



しんねん むか がつき はじ ふゆやす す
新年を迎え、3学期が始まりました。みなさんは冬休みをどのように過ごしましたか。
きもち も あら がっこうせいかつ と もど がつき げんき す
気持ちも新たに、学校生活のリズムを取り戻し、3学期も元気に過ごしましょう。

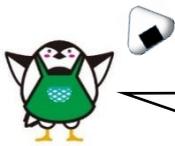


あさ
朝ごはん

からだ あた
体を温めよう

あさ ごぜんちゆう かつどう ひつよう げん
朝ごはんは、午前中の活動に必要なエネルギー源です。
た たいおん あ あたま からだ うご じゅんび ととの
食べると体温が上がり、頭と体を動かす準備が整います。
あさ しっかり た にち げんき す
朝ごはんをしっかりと食べて、1日を元気に過ごすスイッチを
い
入れましょう。

あさ じかん しょくよく にちちゆう からだ
朝ごはんの時間に食欲がわくように、日中よく体を
うご 動かすことや、夜ふかしをしないことも大切です。



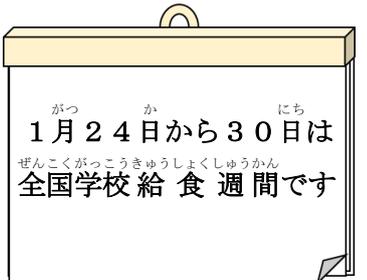
あさ しゅうかん ひと なに た はじ
朝ごはんの習慣がない人も、何か食べることから始めてみましょう！

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

がっこうきゅうしょく めいじ ねん やまがたけん しょうがっこう はじ ぜんこく ひろ
学校給食は、明治22年に山形県の小学校から始まり全国に広が
っていきました。その後、戦争の影響で中断された時代がありましたが、
せんご しょうわ ねん きゅうしょくよう ぶつし おく よくとし
戦後の昭和21年に、アメリカから給食用の物資が贈られ、その翌年
に学校給食が再開されて、現在まで続けられています。

がっこうきゅうしょく しょく かん ただ ちしき のぞ しょくしゅうかん み つ
学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付
けるための重要な役割を果たしています。

きゅうしょく がっこう かてい はな あ
給食について、学校や家庭でいろいろ話し合ってみましょう。



がつ か にち
1月24日から30日は
ぜんこくがっこうきゅうしょくしよくしゅうかん
全国学校給食週間です



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、

いたばしくさん なが しょう さけ いたばしくさん
板橋区産の長ねぎを使用した「鮭の板橋区産ねぎソース」です！

