

1月給食だより



いたばしく しょくいく
板橋区 食育キャラクター

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。
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
あたた
体を温めよう

あさ 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 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 朝ごはんをしっかり食べて、1日を元気に過ごすスイッチを
い 入れましょう。
うご 朝ごはんの時間に食欲がわくように、日中よく体を
よ 動かすことや、夜ふかしをしないことも大切です。



あさ 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るっちい！

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

きゅうしょく
給食について知ろう

がつこうきゅうしょく 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
めいじ ねん やまがたけん しょうがつこう はじ せんこく ひろ
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 しょくわ ねん こせんそう えいきょう ちゅうだん じだい
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
がつこうきゅうしょく さいかい げんざい づづ
に学校給食が再開されて、現在まで続けられています。
がつこうきゅうしょく 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
じゅうよう やくわり は
るための重要な役割を果たしています。
きゅうしょく がつこう 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 1月24日から30日は
か ぜんこくがつこうきゅうしょくしゅうかん
にち 全国学校給食週間
です



～16日はあまっこ給食の日～

きゅうしょく あまつこ 給食とは、天津わかしお学校に通う児童と
いたばしく ないがつこう かよ こうりゅうきゅうしょく
板橋区内学校に通うみなさんとの交流給食のことです。
あまつ がつこう いたばしく ちば けんかもがわし かいこう
天津わかしお学校は、板橋区が千葉県鴨川市に開校して
けんこうかいぜん もくべき とくべつ し えんがつこう
いる、健康改善を目的とした特別支援学校です。
こんかい あまつ がつこう ていきょう
今回は、天津わかしお学校でも提供されている
わふう こんだて と い
「和風きのこサラダ」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、

いたばしく さん なが
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」だっちい！

