

がつきゅうしょく 1月給食だより



令和7年12月25日
板橋区立中根橋小学校

新年を迎え、いよいよ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たでしょうか。
気持ちを新たに、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
朝ごはんを食べて
からだ
体を温めよう

あさ ご ぜんちゅう かつどう ひつよう
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 じ かん しょくよく にっしゅう 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 う よ たいせつ
動かすことや、夜ふかしをしないことも大切です。
あさ た にち げんき す
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 りれましょう。



あさ げんき た こ さいきょう
朝ごはんは元気のもと。食べた子からレベルアップする最強アイテムだちい！

今月の給食目標

給食について知ろう

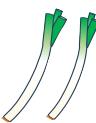
がっこうきゅうしょく めいじ ねん やまがたけん しうがっこう はじ ぜんこく ひろ
学校給食は、明治22年に山形県の小学校から始まり全国に広がって
いきました。その後、戦争の影響で中断された時代がありましたが、戦後の昭
和21年に、アメリカから給食用の物資が贈られ、その翌年に学校
給食が再開されて、現在まで続けられています。
がっこうきゅうしょく しょく かん ただ ちしき のぞ しょくしゅうかん
学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付ける
ための重要な役割を果たしています。

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ゅうかん
全国学校給食週間です



1月19日はあまっこ給食の日

きゅうしょく あまっこ がっこう かよ じ どう
あまっこ給食とは、天津わかしお学校に通う児童と
いたばし ないがっこう 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 がっこう いたばし 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
けんこうかいぜん もくべき とくべつ し えんがっこう
している、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 がっこう 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 し よう さかな いたばしくさん や
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」だちい！

