

がっきゅうしょく 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。



朝ごはんを食べて
体を温めよう



朝ごはんは、午前中の活動に必要なエネルギー源です。
食べると体温が上がり、頭と体を動かす準備が整います。
朝ごはんの時間に食欲がわくように、日中よく体を動かすことや、夜ふかしをしないことも大切です。
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入れましょう。

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

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。

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。

1月24日から30日は
全国学校給食週間です



1月19日は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
板橋区内学校に通うみなさんとの交流給食のことです。

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す。

今回は、天津わかしお学校でも提供されている
「和風きのこサラダ」を献立に取り入れました。



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」だっちい！

