



# 給食だより 1月



あけましておめでとうございます。寒さが本格的になってきました。朝ごはんをしっかり食べて、体を温めてから、元気に登校しましょう。

## 学校給食週間について

1月24日から30日の1週間は「全国学校給食週間」です。

日本の学校給食の始まりは明治22年に、山形県鶴岡市で、子供たちの栄養をおぎなうために始まり、全国へ広がっていきました。しかし、戦争により中断され、戦後も食料が不足しました。日本の子供たちの様子を知り、世界各国から支援の食糧が届けられ、学校給食は再開されることになりました。現在では子供たちの「お昼の食事」であると同時に「食を学ぶための食事」でもあります。

子供たちには給食の時間に食について学び、これからの食生活へ大いに役立ててほしいと思います。



## 学校給食の7つの目標



健康な体づくり



望ましい食生活の参考に



助け合い、協力して  
楽しく食べる



健自然の恵みに  
感謝する



働く人たちに  
感謝して食べる



地域の食を知り、  
未来に伝える

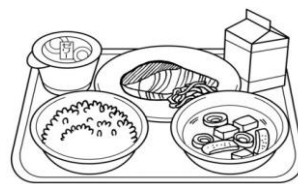


食を通して社会の  
しくみを知る



丈夫な骨をつくる  
カルシウム

給食にはほぼ毎回「牛乳」が出ます。それは、成長期の小中学生が栄養素をバランスよく摂取できるよう、考えられているためです。給食では1日に必要なカルシウムの約50%の量を摂取できるように献立を考えています。給食の牛乳も残さず飲んでくださいね。



平成30年度 学校給食献立年間計画（3学期）



| 月 | 給食目標            | 季節の食材                   |                                             | 味めぐり       |       |
|---|-----------------|-------------------------|---------------------------------------------|------------|-------|
|   |                 | 行事食                     | 旬の食材(地産地消)                                  | 日本の郷土料理    | 世界の料理 |
| 1 | 食事に感謝<br>牛乳の栄養  | おせち料理メニュー<br>結城の郷土料理    | 白菜・ねぎ・大根・<br>ごぼう・水菜・里芋・<br>さつまい             | 茨城県<br>結城市 | *     |
| 2 | 健康な食生活<br>豆類の栄養 | 節分メニュー<br>バレンタインメニュー    | ほうれんそう・にんじん・<br>白菜・ごぼう・トマト・水菜・<br>キャベツ・さつまい | *          | ベルギー  |
| 3 | 1年間の反省<br>種実の栄養 | ひな祭りメニュー<br>卒業おめでとうメニュー | キャベツ・レタス・ごぼう・<br>小松菜・トマト・さつまい               | *          | *     |