

1  
月

## 食育だより

十日町市立松代学校給食センター



早寝早起き朝ごはんで  
健康に！

新しい年を迎え、給食関係職員一同、気持ちも新たに安心・安全でおいしい給食づくりに努めたいと思います。よろしくお願ひいたします。

## 全国学校給食週間



1月24日～30日は、学校給食が始まったことを記念した「全国学校給食週間」です。この期間に給食への興味や関心を高める特色のある食育活動が、全国で実施されます。松代給食センターでは1月26日（月）～30日（金）を給食週間とし、テーマに沿った献立を実施します。

### ○今年のテーマは…「みんなの推し給食～おいしく食べて、楽しく知ろう！～」

アニメやマンガに登場する料理やキャラクターをイメージした献立など事前アンケートの結果をもとにみなさんの「推し」をテーマにした給食が登場します。

実施日	推し	食育テーマ	メニューなど
26日(月)	ちいかわ	好ききらい	お話に登場するカレーチャーハンやラーメンが登場します。
27日(火)	SPY× FAMILY	共食	登場人物の好きな食べ物を使ったサラダやお話に登場するシチューが登場します。
28日(水)	鬼滅の刃	給食の歴史	昨年公開された映画で活躍しているキャラクターをイメージした献立が登場します。
29日(木)	Snow Man	冬の保存食	メンバー9人にちなんで、干しういきやかんずり、甘酒など9種類の冬の知恵が詰まったみそ汁が登場します。
30日(金)	好きな給食	食への感謝	「バリバリ伝説メンチカツ」など事前アンケートの結果から人気だったメニューが登場します。

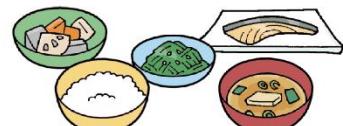
## 世界に誇れる 和食文化

2013年に「和食；日本人の伝統的な食文化-正月を例として-」はユネスコ無形文化遺産に登録されました。その特徴を右の表で紹介します。無形文化とは、目に見える形では残らないため、わたしたちが日々の食生活を通じて未来へと伝えていくことが重要です。

## 和食の特徴



②バランスがよく、  
健康的な食生活



④年中行事との関わり



### 1月の給食で使用する十日町市産の食べもの

米、さつまいも、大根、かぶ、キャベツ、白菜、ねぎ、  
干しういき、干しじんまい

たべものなぞなぞの  
答えは…

もち！

