

1月

食育だより

十日町市立松代学校給食センター



はやねはやおあさ
早寝早起き朝ごはんで
けんこう健康に！

あたら とし むか きゅうしょくかんけいしょくいんいちどう きも あら あんしん あんぜん きゅうしょく
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
つと おも ねが ます。
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。松代小学校では1月26日（月）～30日（金）を給食週間とし、様々な活動を実施します。



○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	お推し	しょくいく 食育テーマ	メニューや由来など
26日(月)	ちいかわ	す好ききらい	はなしとうじょう 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	きょうしょく 共食	とうじょうじんぶつ すたものつか 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)	きめつ やいば 鬼滅の刃	きゅうしょく れきし 給食の歴史	さくねんこうかい えいが かつやく 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)	スノーマン Snow Man	ひゆ ほそんしょく 冬の保存食	にんほ あまざけ 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)	すきゅうしょく 好きな給食	しょく かんしゃ 食への感謝	でんせつ じぜん 「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

①多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用	②バランスがよく、健康的な食生活
③自然の美しさの表現	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

こめ だいこん はくさい
米、さつまいも、大根、かぶ、キャベツ、白菜、ねぎ、
干しういき、干しそんまい

たべものなぞなその
こた
答えは…

もち！

