

[家庭数配布]

食育だより

令和4年度1月号

練馬区立関町北小学校

校長 吉川 文章

栄養士 岩元 美幸



『早寝早起き朝ごはん運動』
シンボルマーク



あけましておめでとうございます



皆様にはご健勝にて、新しい一年をお迎えになられたことと存じます。今年も安心・安全でおいしい給食づくりに取り組んでまいります。どうぞよろしく願いいたします。

さて、新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？寒くて起きるのがつらい時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。



冬の野菜は甘い!?

冬が旬の野菜は、寒さで凍らないよう、細胞に「糖」を蓄えるため、甘く感じます。また、雪がたくさん降る地域では、「越冬野菜」といって、秋に収穫する野菜をそのまま埋めておき、雪の中で保存する方法があります。寒さで野菜の甘味やうま味が増して、よりおいしくなるそうです。冬ならではの野菜の甘味、ぜひ味わってみてください。

今年うさぎ年



うさぎのように野菜を
モリモリ食べよう！



1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう!

明治22（1889）年に始まった学校給食は、戦争により一時中断しましたが、アメリカのLARA（アジア救済公認団体）等の物資援助を受けて再開されました。昭和21（1946）年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」と定め、その後、給食の意義や役割についての理解や関心を深める習慣として、冬休みに重ならない1月24日から30日が「全国学校給食週間」になりました。

おにぎりから始まった学校給食

明治22年 (1889年)	昭和22年 (1947年)	昭和58年 (1983年)	現在 (2023年)
<ul style="list-style-type: none"> おにぎり 塩さけ 菜の漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー 	<ul style="list-style-type: none"> ツイストパン 牛乳 卵とほうれんそうのグラタン えびのサラダ くだもの(みかん) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 豆腐のハンバーグ あえ物 みそ汁 みかん

学校給食は、明治22年（1889年）に山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に、無償でおにぎりなどを提供したことが始まりです。

出典：学校給食 2022年12月号

保護者の皆様へ

給食費についてお知らせ

給食費の引き落とし口座に指定いただいた「ゆうちょ銀行」の口座残高を、**引き落としの前日までにご確認ください。**ご協力をお願いいたします。

1月の引き落とし日は**1月16日(月)**です。

今年度の引き落としは、1月、2月のあと2回です。