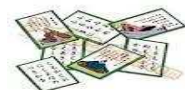


今年も、皆さんの心と体の栄養を満たす、おいしい給食を作っていきます。どうぞよろしくお願いします。



新春食育かるた



- あ

け

ま

し

て

お

め

で

と

う
- 朝ごはん、食べて始まる元気な一日

健康をつくる、食事・運動・よいすいみん

「まごはやさしい」和の食材は健康の友 (まめ・ごはん・わかめ・やさしい・さかな・しいたけ・いも)

しっかりとよくかみ食べよう、目標一口30回

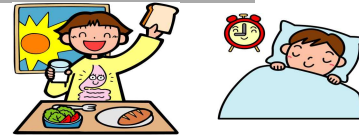
手洗いをよくして、ウィルスシャットアウト

「おいしいな！笑顔で囲む楽しい食卓」

目いっぱい感謝をしめそう、食事のあいさつ

伝統を受け継ぎ愛そう、私たちのふるさと

とりすぎは注意だ、さとう・しお・あぶら

うんち見て、しっかり確認自分の健康
- 




「少しだけ」のはずなのに…
あなたが残した給食。全校分になると！

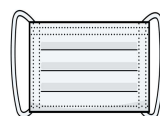


12月の1週目に、残食量の調査をしました。グラムに換算すると、1人平均22.8gでした。卵1/2か1/3くらいの量です。全校だと約11kgほどになってしまいます。気をつけたいですね。

大切です、食事前の手洗い



てあら
手洗いは簡単で
ゆうこう
有効ななぜ予防
うがいも一緒にね



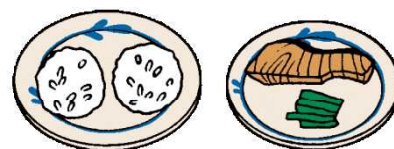
はな
マスクは鼻までしっかりと
こうか
しないと効果がありません
くち
口でくわえているのはダメ×



学校給食の歴史

日本の学校給食は、山形県の私立忠愛小学校において貧困児を救うために提供されたことが始まりとされています。学校給食の献立の移りかわりを見てみましょう。

明治22年



おにぎり、塩鮭、菜の漬物

昭和20年



味噌汁、脱脂粉乳

昭和27年



コッペパン、ジャム
脱脂粉乳、キャベツ
鶏肉の竜田揚げ

昭和40年



ソフト麺のカレーあんかけ
チーズ、黄桃、甘酢あえ
牛乳

昭和52年



カレーライス、牛乳
塩もみ、バナナ、スープ

今の給食



地場産物を活用した
様々な献立

学校給食は、戦争のために中断されていましたが、戦後の食糧難により児童の栄養状態が悪化したことから、その必要性が叫ばれるようになり、再開することになりました。

まず試験的に、昭和21年12月24日に、三都県（東京、神奈川、千葉）で実施することになり、同日に東京都内の小学校でうら（アメリカの宗教団体等からなるアジア救援公認団体）からの給食用物資の贈呈式が行われました。その日を学校給食感謝の日と定めていましたが、その後、冬季休業と重ならない1月24日から30日までの間を「学校給食週間」としました。

○北小でも郷土料理や姉妹都市の料理ジャンバラヤ & 地場産物をたっぷり
と使った料理が給食にでます。

給食週間は24日～30日です。30日に郷土料理ねぎめた、29日に煮ぼうとうをいただきます！

◎学校給食週間の子どもたちの取り組み

1・2年は給食の絵、3・4年は作文（感謝の手紙）、5・6年には標語を作成してもらい、代表作品は校内に掲示します。（作文、標語は校内放送もします。）

寒い冬を乗り切るための食事のとり方

寒い朝でも朝食をとると体が温まるため、きちんと朝食をとみましょう。また、寒さに対する抵抗力をつけるため、肉や魚に多く含まれるたんぱく質のほか、ビタミンAやビタミンCを多く含む食品もとるようにしましょう。

