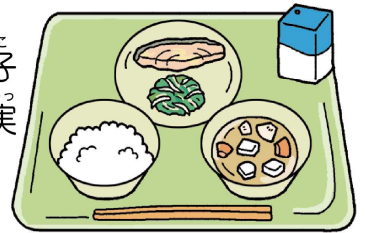


給食だより 1月



永山西小学校

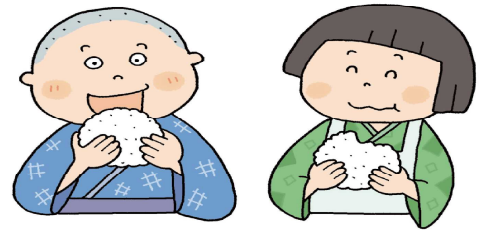
1月24日から30日は全国学校給食週間です。学校給食は、成長期にある子どもたちの心身の健やかな成長、発達を支え、望ましい食習慣と食に関する実践力を育みます。



日本の学校給食

日本の学校給食は、明治22年（1889年）に山形県の私立忠愛小学校で、貧しくて昼食を用意できない子どものために、無償で提供されたのが始まりといわれています。その後、戦争などで一時中断しましたが、第二次世界大戦後に再開されました。

現在の給食は、栄養バランスのよい食事で成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。



月	火	水	木	金
<p>食品には、いろいろな栄養素が含まれています。食品によって含まれる栄養素の割合は違います。そのため、好ききらいはなるべくしないで、いろいろなものを食べてほしいと思います。すぐに好きになれなくても、まずは一口食べてみましょう。</p>				
<p>《17》 麦ごはん 牛乳 米粉のカレー 福神漬け フルーツあわせ(ピーチ)</p>	<p>《18》 小ごはん 牛乳 塩ラーメン 揚げぎょうざ バナナ</p>	<p>《19》 ごはん 牛乳 四湖豆腐 キャベツ塩こんぶあえ みかん</p>	<p>《20》 米粉コッパン 牛乳 りんご 南瓜のポタージュ チキンナゲット</p>	<p>《21》 ごはん 牛乳 白玉汁 あじフライ 醤油</p>
<p>《24》 ごはん 牛乳 肉じゃが 中華あえ あじつ 味付きのり</p>	<p>《25》 米粉コッパン 牛乳 マカロニクリームスープ ポテトコロッケ ブロッコリー マヨネーズ</p>	<p>《26》 麦ごはん 牛乳 みそ汁 たくあん ホッケ塩焼き フルーツゼリー</p>	<p>《27》 ミルクパン 牛乳 ビーフン汁 コーン入り炒りたまご スパイシーポテト</p>	<p>《28》 ごはん 牛乳 荳わかめスープ ビビンバの具 みかん</p>
<p>《31》 ごはん 牛乳 うま煮 さば西京焼き りんご</p>	<p>年中行事には、昔から食べ継がれている特別な食べ物があり、それを行事食といいます。行事食は、もともとは神仏に供えて、その後、供え物を下げているただくもの(直会)でした。行事食を食べて1年を健康にすごしましょう。</p>			

