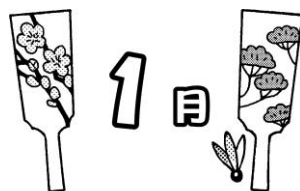
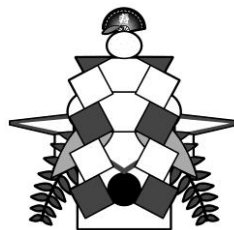


# 給食だより



令和5年1月10日  
荒川区立第三中学校  
校長 小柴 憲一  
栄養士 金山 桜子

冬休みはゆっくり身体を休め、楽しく過ごすことができましたか？  
今年も安全でおいしい給食をみなさんに食べてもらえるよう、給食室  
一同頑張っていきたいと思います。本年もどうぞよろしくお願ひし  
ます。



## 1月の給食目標



給食のねらいや歴史を理解しよう



## 地産地消・東京都の食材が給食に登場します！

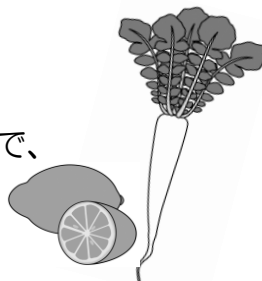
### <「地産地消」とは？>

「地産地消」とは、その地域でとれる食べ物を、その地域で食べることです。  
新鮮な食べ物が手に入る、地域の生産者を応援することができる、輸送距離が短い  
ため二酸化炭素の排出量が少ないなどの利点があるほか、地域の食文化を守り受け  
継いでいくことにもつながります。

### <1月の「地産地消」献立>

- ・1月16日(月)【江戸東京野菜】<sup>しんとりな</sup>芯取菜のみそ汁  
江戸川区や葛飾区、足立区などで生産されています。葉の部分に細かいしわ  
があることから「ちりめん白菜」とも呼ばれています。
- ・1月19日(木)【江戸東京野菜】<sup>かめいど</sup>亀戸大根の菜飯&みそ汁  
江東区などで生産されています。根が30cmほどと短くて細く、先がくさび  
状にとがっているのが特徴です。
- ・1月31日(火)<sup>はちしょう</sup>八丈フルーツレモンのハニーマフィン  
八丈島で生産されているビッグサイズのレモン。苦みが少なく、  
皮ごと食べられる品種です。職員室前に実物を展示する予定なので、  
ぜひ見に来てください。

参考：「TOKYO GROWN とうきょうの恵み」  
公益財団法人 東京都農林水産振興財団



## 1月24日～30日は、「全国学校給食週間」！

### 「全国学校給食週間」とは？

学校給食は、明治22(1889)年に始まりました。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」と定められました。

その後、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。この期間に、給食の意義や役割についての理解や関心  
を深め、より一層の充実を図ることを目的としています。

### 三中給食週間 1月23日(月)～27日(金)

#### 今年のテーマ：「給食について知ろう」

毎日の給食がどのようにつくられているか知っていますか？三中の安全で  
おいしい給食はたくさんの方々に支えられています。この期間は、みなさん  
のもとに給食が届くまでの様子を電子黒板&放送で紹介する予定です。

- 1月24日(火)『潜入！三中給食室』  
給食ができるまでの給食室の様子を紹介します。  
給食のカレーライスのおいしさの秘密が分かるかも？
- 1月25日(水)、27日(金)『三中の調理員さん紹介&インタビュー』  
保健委員が三中の調理員さんにインタビュー！  
調理にかける思いとは？仕事のあれこれ聞いてみます。
- 1月26日(木)『生産者さん紹介』  
給食に登場する神奈川県産蔵出しみかんの生産者さんを紹介します。  
生産者さんのこだわりを知ると、いつものみかんがもっとおいしく  
感じるはず！



### 保護者の皆様へ 給食の栄養価についてお知らせ

日本食品標準成分表が改訂されました。そのため、栄養価の算出方法が  
変わり、従来と比較して、より正確なものに近い数値となりました。毎月お  
配りしている献立表の中でお示ししているエネルギーとたんぱく質の値が、  
以前に比べ低くなっておりませんが、子どもたちへの提供量は変わっておりま  
せんので、ご安心ください。

