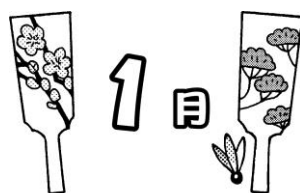
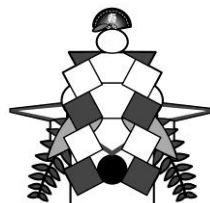


# 給食だより



令和 7 年 1 月 8 日  
荒川区立第三中学校  
校長 小柴 恵一  
栄養士 金山 桜子  
今野 愛佳

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・安心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いいたします。



## 1月の給食目標



給食のねらいを理解して食べよう

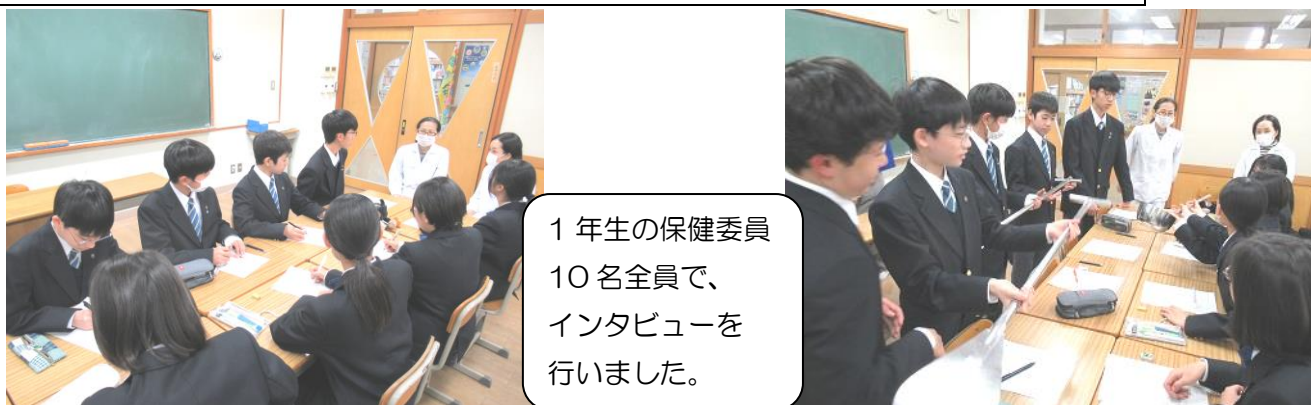
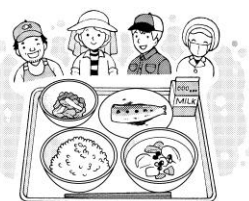


## 1月24日 第3回食育プレゼンテーション 「給食の裏側に接近!!!! ~作る人の思い~」

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・安心でおいしい給食はたくさんの方々を支えられています。  
みなさんのもとに給食が届くまでの様子を紹介します。

●1月24日（金）

|      |                                                                                                         |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝学活  | 食育プレゼンテーション（1、2年生）<br>※3年生は1月23日（木）の給食時間に上映。<br>1年生の保健委員が給食の調理員さんにインタビュー！<br>調理にかける思いとは？仕事のあれこれ聞いてみました。 |
| 給食時間 | 電子黒板「潜入！三中給食室」<br>給食ができるまでの給食室の様子を電子黒板で紹介します。<br>給食のおいしさの秘密とは？調理員さんのプロの技にもご注目！                          |



1年生の保健委員  
10名全員で、  
インタビューを  
行いました。

## 1月24日～30日は「全国学校給食週間」



©少年写真新聞社2023

### 給食の歴史

学校給食は、明治22年(1889年)、  
山形県の忠愛小学校で、家が貧しい  
子どもたちへ無償で昼食を出したのが  
始まりとされています。当時の献立は  
塩さけ、おにぎり、漬物でした。その後  
全国各地に広まりました。

### 給食の役割

現在の学校給食は、栄養バランスの  
とれた食事で、成長期にある子ども  
たちの健やかな健康を支え、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。

## 三中学校給食週間 今年のテーマ「九州味めぐり」

寒い冬を乗り越えるため、九州地方の郷土料理や食材が給食に登場します！

|                                                   |                                                                |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 31日（金）福岡県                                         | 27日（月）大分県                                                      |
| ・明太たまごご飯<br>・がめ煮<br>筑前煮とも呼ばれる<br>煮物です。            | ・だんご汁<br>小麦粉をこねて薄く<br>のばした「だんご」が<br>入ったみそ味の汁物<br>です。           |
| 28日（火）長崎県                                         | 30日（木）宮崎県                                                      |
| ・長崎ちゃんぽん<br>野菜や肉をたっぷり<br>使った麺料理です。                | ・チキン南蛮<br>・ざぶ汁<br>根菜などの具材を<br>「ざぶざぶ」と煮る<br>ことからこの名前が<br>付きました。 |
| 29日（水）鹿児島県                                        |                                                                |
| ・奄美の鶏飯<br>具材を混ぜたご飯に<br>スープをかけて食べます。<br>・きびなごのから揚げ |                                                                |