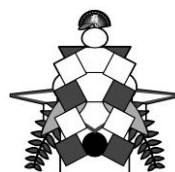


給食だより



令和8年1月8日
荒川区立第三中学校
校長 下斗米 八穂
栄養士 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23日(金) 第2回食育プレゼンテーション

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に支えられています。
みなさんのもとに給食が届くまでの様子を紹介します。

朝学活	食育プレゼンテーション（1、2年生） ※3年生は1月22日（木）の給食時間 1年生の保健委員が給食の調理員さんにインタビュー！ 調理にかける思いとは？仕事のあれこれを聞いてみました。
給食時間	電子黒板「給食ができるまでを知ろう！」 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。 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！



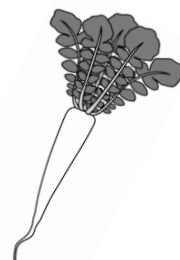
地産地消 東京都の食材が給食に登場します！

★「地産地消」とは・・・その地域でとれる食べ物を、その地域で食べること。
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。

使用する都産食材

料理名

・1月21日（水）	【江戸東京野菜・亀戸大根】	かめいど 亀戸大根のみそ汁
・1月30日（金）	【キムチ、トウキョウX】	豚キムチ丼
	【糸寒天】	海藻サラダ
	【八丈フルーツレモン】	レモンスカッシュゼリー



1月24日～30日は、「全国学校給食週間」！

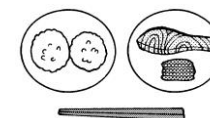
「全国学校給食週間」とは？

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設定され、全国でさまざまな取組が行われて
います。

三中学校給食週間 1月26日（月）～30日（金）

今年のテーマ：「タイムスリップ給食」

日本の学校給食がいつどのように始まったのか知っていますか？時代によ
って学校給食の役割や献立がどのように変化してきたのか、その始まり
から順に紹介します。



- 1月26日（月） 明治時代：空腹を満たす給食
明治22年に山形県のお寺で、お坊さんが貧しい
子どもたちにお昼ご飯を食べさせたのが学校給食の始まりです。
- 1月27日（火） 大正時代：栄養を考えた給食
大正12年の関東大震災後、子どもたちの栄養状態を改善するために
全国に学校給食が広がっていきました。
- 1月28日（水） 昭和時代前期：戦後に再開した給食
昭和20年に戦争が終わり、アメリカの援助で学校給食が
再開されました。
- 1月29日（木） 昭和時代後期：メニューが広がる給食
スパゲティやデザートが登場、脱脂粉乳が牛乳に変わるなど、
メニューの幅が広がっていきました。
- 1月30日（金） 現代：「生きた教材」として学ぶ給食
栄養素バランスの整った食事、郷土料理、行事食、地場産物の活用など
現代の学校給食は、多くのことを学べる「生きた教材」です。今回の
献立のテーマは東京都産の食材です。

今はほとんど姿を見ないソフト麺
が給食に登場します！