# センターだより



<お願い>

<sup>©</sup>食。 影やスプーンは、みんなが気持ちよく った。 使えるよう大切にあつかいましょう。

い学生用

れいわ ねん がつごう **令和7年1月号** かわぐちしりつがっこうきゅうしょく 川口市立学校給 食センター

## 1月24日~30日は「全国学校給食週間」です

みなさんが毎日食べている給食は、明治22年に始まりました。その後、戦争によって食べる物が無くなって しまったために中断していましたが、戦争が終わると昭和21年12月24日に再開されました。これを記念 ふゆやす かき かけっぱく がっていまく がっ かけっぱく かっぱんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん さだ して、冬休みと重ならないように1ヶ月遅れの1月24日~30日を「全国学校 給 食 週 間 」と定めました。み なさんも、この機会に給食について改めて考えてみましょう。



きゅうしょく

# 給食ができるまで

きゅうしょく 給食は、たくさんの人達の手によって作られています。給食に関わっている人達はどれだけ

いるか知っていますか?

### 牛産者

野菜や米を作ったり、魚をとったり、牛や | 下下 にわとりを育ててくれます。









### ● 食べ物を運ぶ人

た もの みせ きゅうしょく 食べ物をお店や給 食 センターまでĹしてくれます。



### はいぜんいん きゅうしょくとうばん 配膳員・給食当番



できた。 出来上がった給食を学校まで運び

ます。



### えいようし **栄養士**

みなさんが元気に成長できるように こんだてを考えます。





心をこめて、おいしい給食を 作ります。

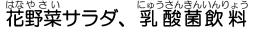
### <sup>こんねんど</sup> 今年度のこんだてテーマ



### 丈夫な体をつくろう!

がんえきりょく 「免疫力アップ」

カレーライス、牛乳、 14日 (火)



「カレーライス」に使われているじゃがいもや、「花野菜サラダ」 に使われているブロッコリー、カリフラワーにはビタミンCがた くさん含まれています。ビタミンCには 体 を守る 力 を高める ゅう 働 きがあり、免疫 カ アップにつながります。「カレ に使われているにんじんには、ビタミンAのもとになるカロテン という栄養素がたくさん含まれています。カロテンがビタミンA になると、鼻やのどなどのねんまくを強くし、ウイルスや菌が体 に入ってくるのを防ぐ効果があります。「乳酸菌飲料」の乳酸 動はお腹の中にある体を守る良い菌を増やし、悪い菌が増える のを防ぐ効果があります。

### 《今月はリクエスト給食があります》

こんだて紹介

とづかきたしょうがっこう 戸塚北小学校のリクエスト

クロワッサン、牛乳、押麦入り野菜スープ

花豆コロッケ、彩りソテー、米粉のいちごクレープ

かみね ひがししょうがっこう 神根 東 小学校のリクエスト

スパゲティボローニャソース、 牛 乳

きなこ 揚げパン、 もも

