

# センターだより



## <お願い>

食器やスプーンは、みんなが気持ちよく使えるよう大切に近づきましょう。

しょうがくせいよう  
小学生用

れいわ ねん がつごう  
令和8年1月号

かわぐちしりつがっこうきゅうしよく  
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」と決めました。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。



## 給食ができるまで



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？

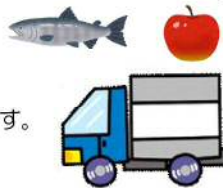
### ●生産者

野菜や米を作ったり、魚をとったり、牛や豚、にわとりを育ててくれます。



### ●食べ物を運ぶ人

食べ物をお店や給食センターまで届けてくれます。



### ●栄養士

みなさんが元気に成長できるように給食を考えてます。



### ●配膳員・給食当番

みなさんが食べる給食の準備をします。



### ●配送員

出来上がった給食を学校まで運びます。



### ●調理員

心をこめて、おいしい給食を作ります。



今年度のこんだてテーマ



## かむ力を育てよう！

8大効用 ひみこのはがーぜ



胃腸の働きを促進



よくかむことで、消化酵素がたくさん出て、消化を助け、胃腸の働きを活発にします。

### こんだて紹介



26日(月) ごはん、牛乳、さつま汁、豚肉のゆずソースかけ、れんこんとひじきのきんぴら

さつま汁には、さつまいもやだいこんなどの根菜がたくさん入っています。これらの根菜類や、れんこん、ひじきには食物繊維が多いので、よくかんで消化しやすくしましょう。

豚肉のゆずソースかけには、ロース肉を使用しています。ロース肉はうま味が強い部位のため、かめばかむほどうま味を感じることが出来ます。しっかりかんでおいしくいただきます。

## 《今月はリクエスト給食があります》

### こんだて紹介

19日(月) 安行東小学校のリクエスト

カレーライス、牛乳、温野菜サラダ、

米粉のみかんクレープ

29日(木) 戸塚小学校のリクエスト

メロンパン、牛乳、カレー野菜スープ、

オムレツ、コーンソテー

