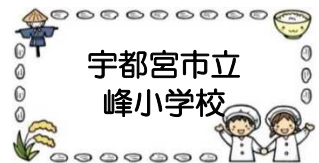




食育だより



宇都宮市立
峰小学校

1月の給食目標

感謝して食べよう

本格的に寒さが厳しい季節になりました。冬休みもあり、不規則な生活などで体調を崩しやすい時期です。1日3食しっかり食べて、規則正しい生活を心がけましょう。

日本の学校給食

日本の学校給食は、明治22年（1889年）に山形県の私立忠愛小学校で、貧しくて昼食を用意できない子どものために、無償で提供されたのが始まりといわれています。その後、戦争などで一時中断しましたが、第二次世界大戦後に再開されました。

現在の給食は、栄養バランスのよい食事で成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、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。



☆1月20日～24日は全国学校給食週間 ☆～栃木・秋田・姉妹都市～

20日の「宮っ子ランチ」は、私たちの住む宇都宮の特産品や文化など宇都宮の良さを知ることのできる給食です。栃木県産の里芋やニラ、かんぴょうなどを使います。

21日は、秋田県、比内地鶏・いぶりがっこ・きりたんぽ鍋をイメージしました。

22日は、宇都宮市の姉妹都市、ニュージーランド（オークランド）献立

23日は、中国（チチハル）献立

24日は、イタリア（ピエトラサンタ）献立となっています。お楽しみに！

世界の料理を知ろう！

☆1月27日～30日は6年生が考えた献立・トマト献立☆

27日は、6-3の「タンパク質しっかり献立」

28日は、6-2の「お魚パワーで脳も元気献立」

30日は、6-1の「カリウム豊富・彩り献立」



献立を立てるときの基本である主食・主菜・副菜・汁物がどれも考えられていて、タンパク質と野菜のバランスがよくとれています。



おべんとうの日

☆12月の給食のようす☆

ランチルーム会食

みんなで食べると美味しいね！

校長先生も
お弁当