



# 1月 食育だより

令和8年1月8日(木)

上尾市立原市南小学校

冬休みも終わり、3学期もはじまりました。毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思います。本年もよろしくお願ひします。



うまのように野菜をたっぷり食べよう！



箸をうまく使いこなしてきれいに食べよう！



よく味わってうま味を感じよう！



全国学校給食週間とは、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高めてもらうために行います。

今月は昔の献立などいつもより給食に関心をもってもらえるような献立を取り入れています。みなさんの「美味しく安全な給食」を届けるために、生産者の方や調理してくれる方など毎日多くの方がかかわっています。そして様々な命をいただいています。給食を食べるときには、感謝の気持ちをもって食べられるといいですね。



## ☆原市南小給食クイズ☆

1, 原市南小の給食（515食）を作っている調理員さんは何人？

- ① 10人 ②5人 ③8人

2, 原市南小の給食の残菜は平均すると一日どれくらい廃棄されている？

- ① 10kg ②5kg ③20kg



3, 給食の野菜は調理するまで、何回洗ってから使用している？

- ① 1回 ②2回 ③3回

4, 原市南小の人気のある献立は？

- ① 麺献立 ②ご飯献立 ③パン献立

4、①醤油立て。醤油メニードル味付残葉水、約3kg前後です。多くは1kg未満です。

3、③給食1回あたりの野菜は、3kg前後です。約4kgで3回洗ってから調理しています。

2、①平均1食あたり10kgの残葉水、515人分の給食を作ると約20kgの残葉水が出来ます。

答え 1、②5人の調理員さんが、8時から515人分の給食を作ると約20kgの残葉水が出来ます。