



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えます。本年もよろしくお願いします。



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!



1月24日~30日は、**全国学校給食週間**です!



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あります。

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 ② 5人 ③ 8人

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 ② 2回 ③ 3回



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 ② 5kg ③ 20kg

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

答え 1、②5人の調理員さん達で、8時から約515人分の給食を作ってくれています。
2、①平均すると約10kgの残菜が破棄されています。人気のない献立(お魚や煮物)の日は約20kgの残菜が出ます。
3学期は新学年に向けて苦手な食品にも少しチャレンジ!残菜の量も少し減るいいタイミングです。
3、③給食に使われる野菜は、3つのシンクでしっかり3回洗ってから調理しています。
4、①麺献立です。麺のメニューの時は残菜が約3kg前後と少ないことが多いです。