

1月 給食だより

令和6年度

三股町立学校給食センター



新年を迎え、1年のまとめとなる3学期が始まりました。
給食センターでは、今年も、安全で美味しい魅力ある給食作りを
目標に努めたいと思います。本年もよろしくお願いします。

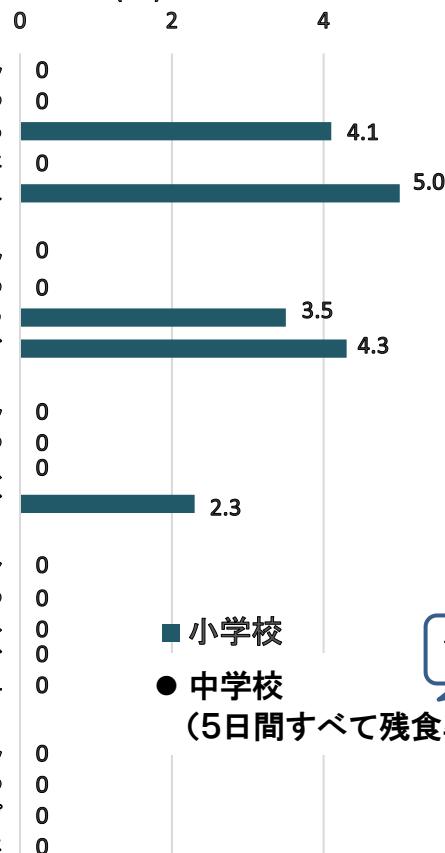


ざんしょくちょうさけっか
～残食調査結果～

11月25日～29日に三股町内の小学校(三股小)3・4年生と中学校2年生に残食調査を実施しました。

小学校

ざんしょくりつ
残食率(%)



■ 小学校

● 中学校

(5日間すべて残食率ゼロでした。)

すばらしい!

単位(%)

※ 欠席分は差し引いて
計算しています。



今年度2回目の残食調査でした。6月の調査の時と比べると残食率が低下し、食べる量が増えていくことが分かりました。また、中学校は6月と同様、5日間すべて残食ゼロでした。この調子でしっかりと食べて丈夫な身体を作ていきましょう。その中で、今回に限らず野菜や和食の献立は残食が多い傾向にあります。苦手な食べ物は食べ慣れることでだんだんとおいしく感じるようになっていくことが多いです。また、味覚は成長とともに変わっていくので、苦手だと思っていたものでも、食べてみたらおいしかったということもあります。小さいころから、さまざまな味の経験を積むことで、豊かな味覚が育つので、給食では様々な食体験が積めるような献立を考えて提供するようにしています。今回の調査をうけて、給食センターでは、料理の味つけや量などを工夫しながら給食作りに生かしていきたいと思います。

せん こく がつ こう きゅう しょくしゅう かん
1月 24 日～30 日は、全国学校給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まつものの、戦争による食料不足で中断されました。戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらいたい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

学校給食の移り変わりを見てみよう！



集中力を高める食事とは？

勉強を効率よく進めるには、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べてから取りかかるのがお勧めです。1日のうち、脳が一番活発に動くのは午前中なので、朝ごはんで脳へエネルギーを補給することが、やる気や集中力を高めることにつながります。また、脳を活性化するには、よくかむことも重要です。スープやゼリー、飲料などで済ませずに、主食とおかずを組み合わせて食べることを心がけましょう。

