



令和6年 1月  
墨田区立第三吾嬬小学校  
校長 川中子 登志雄

新年あけましておめでとうございます。寒い時期ですが、よく食べ、よく体を動かして、夜はしっかり休みましょう。健やかな体と心で新しい年もすくすく成長してほしいと思います。今年もおいしく安全な給食を作っていきます。どうぞよろしくお願いたします。



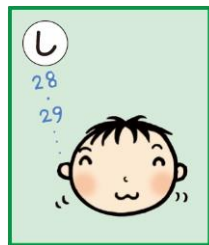
あ 朝ごはん、食べて始まる 天気な一日



け 健康をつくる 食事、運動、よい睡眠



ま 「まいわ」(は) やさしい 和の食材は 健康の友



し しっかりと よくかみ食べよう 目標ひと口30回



て 手洗いを よくしてウイルス シャットアウト

あけましておめでとう

新春食育かるた



お 「おいしいなー」 笑顔で囲む 楽しい食卓



め 目いっぱい感謝を示そう 食事のあいさつ



で 伝統を受け継ぎ愛そう へんろく へんろく へんろく



と とりすぎは 注意だ さとう、塩 あぶら



う うんち見て、しっかりと確認 自分の健康

# ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間 1月24日~30日

明治22(1889)年に山形県鶴岡市にあった私立忠愛小学校でお弁当を持ってこれない貧しい家庭の子共たちのために社会事業として昼食を出したのが日本の学校給食の始まりです。その後、戦争により一時中断されましたが、戦後、日本の子共たちのためにユニセフから小麦粉や脱脂粉乳(スキムミルク)が寄贈され、再び給食が始まりました。昭和21(1946)年12月24日のことです。この日が今に続く学校給食の誕生日になりますが、多くの学校が冬休みに重なるため、1ヵ月延ばして1月24日を「給食記念日」とし、30日までの1週間を「全国学校給食週間」にしています。戦後、学校給食は学校で行う教育の1つに位置付けられました。健康の保持・増進だけでなく、将来、健康的で望ましい食生活を送るための手本となり、また学校での学びを深めるための生きた教材としての活用も積極的に行われています。みんなで協力し助け合うことの大切さを学び、自然の恵みや人々のはたらきに感謝し、ふるさとやさまざまな地域の食文化を理解して未来に伝える、そして食を通して社会をよく知るといった目標が現在、学校給食には課せられています。



## ぎゅうしょく しょうかい 給食レシピ紹介

ぜひ、おうちで再現を!

### ソフトソイクッキー

大豆・レーズンを使っているので栄養価の高い、食感がふわふわとした柔らかめのクッキーです。

材料	ひとり分量 g	小さめ約16枚分 g	作り方
バター	3.6	30	①大豆、レーズンはフードプロセッサーにかけ、粗みじん切りにしておく。
三温糖	3.0	24	
はちみつ	1.5	12	
生クリーム	3.6	30	
レモン汁	0.7	6	
バニラエッセンス	少々	少々	②小麦粉・米粉・ベーキングパウダーは合わせてふるっておく。
小麦粉	7.2	60	
米粉	3.6	30	③ボウルに柔らかくしたバター・三温糖・はちみつを入れ、泡立て器で混ぜる。次に生クリーム・レモン汁・バニラエッセンスを順に加えてその都度よく混ぜる。
ベーキングパウダー	0.7	6	
大豆水煮	7.2	60	④③に、ふるった粉類を入れてゴムべらで軽く混ぜ、大豆とレーズンも加えて生地を作る。
レーズン	3.6	30	
			④生地を分け、丸めて薄めに潰して整形する。
			⑤オーブンで180度に予熱し、約15分焼く。

\* 給食当番は白衣とマスクの準備をお願いいたします。  
\* 給食の食材や献立は、変更する場合がありますので、ご了承ください。