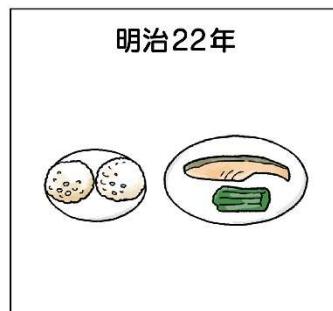


The Lunch Times 1・2月号

令和7年 <給食だより> 三郷市立瑞沼学校給食センター

新しい年を迎ました。1月24日から30日までは、全国学校給食週間です。いつも何気なく食べている給食ですが、その歴史や役割をもう一度考えてみましょう。

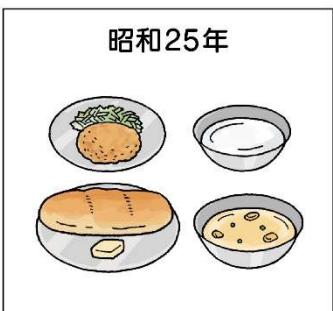
→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→



おにぎり・塩さけ・
菜の漬物



ミルク(脱脂粉乳)・
トマトシチュー



コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・
ポタージュスープ・コロッケ・
せんキャベツ・マーガリン



ソフトめんのカレーあん
かけ・牛乳・甘酢あえ・
果物(黄桃)・チーズ



カレーライス・牛乳・塩もみ・
果物(バナナ)・スープ



※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。

～三郷市の学校給食～

昭和23年1月、早稲田小学校で父兄が当番制で汁物を作ったのが、三郷の学校給食の始まりです。他の小・中学校では、給食センターが設立されるまでの間、脱脂粉乳によるミルク給食が一時期実施されていました。現在は、中学校の給食を瑞沼学校給食センター、小学校の給食を鷺野学校給食センター東館・西館で作っています。

安心安全でおいしい給食
づくりに励んでいます！



三郷市マスコットキャラクター
「かいちゃん&つぶちゃん」

1~2月の地場産物

1~2月の給食の、

- ・長ねぎ
- ・小松菜

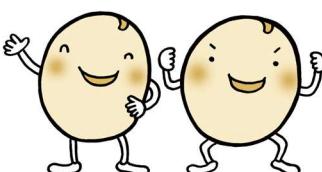
は三郷市産のものを
使用しています。



節分です！ 大豆のひみつ

節分といえば「豆まき」。豆まきといえば「大豆」です。大豆は栄養たっぷりの豆で、日本では昔からいろいろな食べ物に加工しておいしく食べられてきました。大豆さんにちょっと話を聞いてみましょう。また、2月3日には「呉汁」というメニューで給食に登場します。

私の名前は「大豆」
です。体は小さい
けれど「畑の肉」と
いわれるくらい、
たくさんの栄養が
あります。



体をつくるたんぱく質、丈夫な
骨をつくるカルシウム、貧血を
予防する鉄、体の発育に欠かせ
ないビタミンB群、食物せんい
もたっぷりです。



2/3の給食「呉汁」
は大豆がたっぷり
入っています。