

令和4年度

きゅうしよく

1月給食だより



名古屋市立

矢田小学校

★ 特別献立 学校給食週間

24日(火)

ごはん、牛乳、ふろふきだいこんカレーそばあん、煮豆、みかん



1月24日から30日までは、学校給食が始まったことを記念する「学校給食週間」です。

★ 「みんなで食べる! なごや産」の日

26日(木) ごはんは、港区・中川区でとれた米「あいちのかおり」を使います。

いものこ汁には、天白区産のにんじんが使われています。



★ ふるさと献立 ~ふるさと名古屋(愛知)の食べ物を知ろう~

12日(木) 青じそふりかけ 愛知県の特産物の青じそを使っています。

27日(金) あかもく入り五目揚げ 愛知県常滑市にある中部国際空港の周辺で収穫

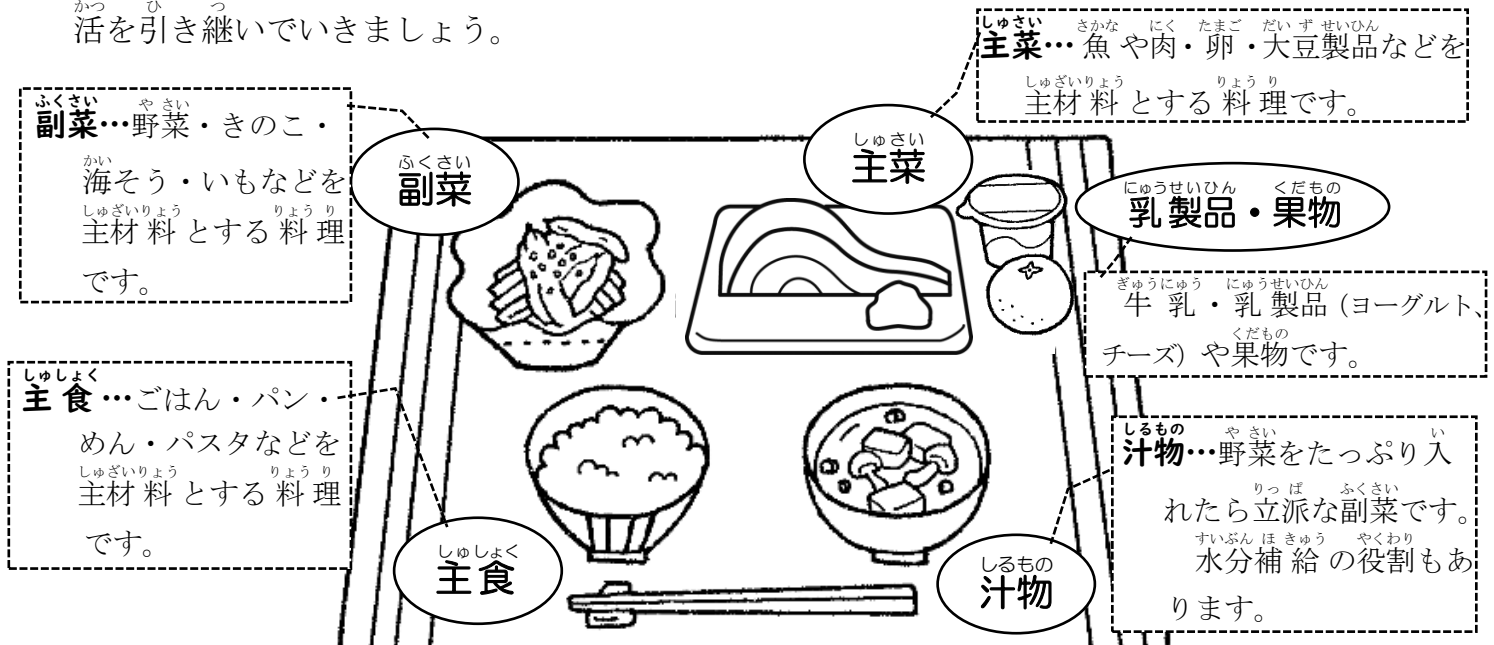
された海そうのあかもくを使っています。

31日(火) さばのみそ煮 愛知県の特産物の豆みそを使った郷土料理です。

＜日本型食生活について知ろう＞

日本型食生活とは…ごはんを主食としながら、主菜・副菜に加え、適度に牛乳や乳製品、果物が加わったバランスのとれた食事のことです。

日本が世界有数の長寿国である理由のひとつに、様々な食品をバランスよく食べることが出来る「日本型食生活」の優れた食事内容があげられます。ぜひ、このすばらしい食生活を引き継いでいきましょう。



ごはんをベースにし、魚・肉・乳製品・野菜などのいろいろな材料を組み合わせることで、栄養のバランスが整いやすくなります。