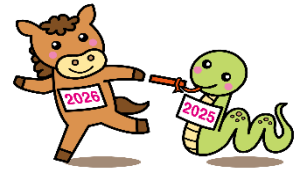




2025年 冬休み号
美深町学校給食センター



寒さに負けず、冬を元気に過ごそう!

いよいよ冬本番を迎え、朝晩の冷え込みが厳しくなりました。寒いと手を洗うのが億劫になりがちですが、風邪や胃腸炎などの感染症を防ぐには、せっけんを使った丁寧な手洗いが肝心です。また、食事や睡眠をしっかりとって抵抗力を高め、風邪をひきにくい丈夫な体をつくりましょう。



風邪予防に とりたい栄養素と食べ物

丈夫な体をつくる

たんぱく質



肉類



魚介類



たまご 卵



大豆・大豆製品



牛乳・乳製品

強い抗酸化作用で体を守る

ビタミンA



にんじん

レバー

ほうれん草

うなぎ

ビタミンC



ブロッコリー

パプリカ

いちご

キウイフルーツ

じゃがいも

ビタミンE



かぼちゃ

サラダ油

サケ

アーモンド

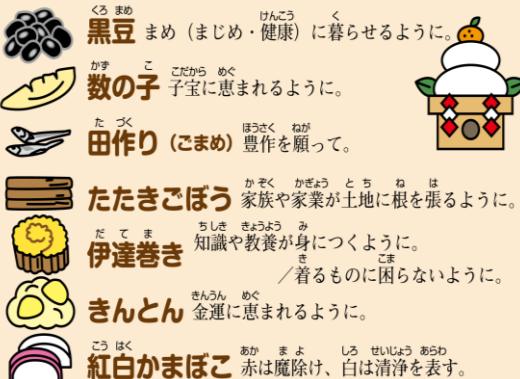
新年への願いを込めた

お正月の行事食

新しい1年の始まりであるお正月は、その年の幸福や豊作をもたらす「歳神様」(年神様・歳徳神)を各家庭にお迎えする日本の伝統行事です。家族そろって、おせち料理やお雑煮といった正月料理を食べて、新年の無事を祈ります。おせち料理には、新年への願いを込めた縁起の良い食べ物が使われています。



一の重 (祝い肴・口取りなど)



黒豆

まめ (まじめ・健康) に暮らせるように。

数の子

子宝に恵まれるように。

田作り

豊作を願って。

たたきごぼう

家族や家業が土地に根を張るように。

伊達巻

知識や教養が身につくように。

きんとん

金運に恵まれるように。

紅白かまぼこ

赤は魔除け、白は清浄を表す。

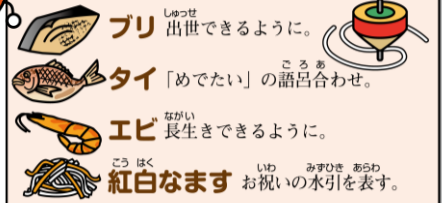


一の重

二の重

三の重

二の重 (酢の物・焼き物など)



ブリ

出世できるように。

タイ

「めでたい」の語呂合わせ。

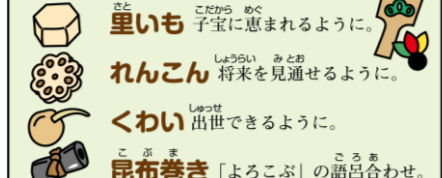
エビ

長生きできるように。

紅白なます

お祝いの水引を表す。

三の重 (煮物など)



里いも

子宝に恵まれるように。

れんこん

将来を見通せるように。

くわい

出世できるように。

昆布巻き

「よろこぶ」の語呂合わせ。



給食だより

2025年 冬休み号

美深町学校給食センター

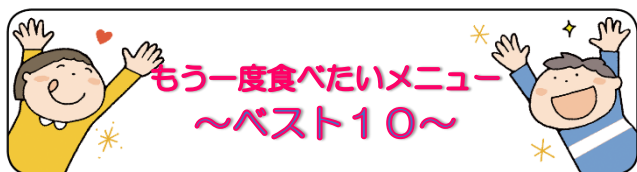
学校給食アンケート結果

11月に行ったアンケート調査の結果をお知らせします。(回答率 87.2%)

【問1】給食はおいしいですか？		
選択肢	今年度%	前年度と比較
①おいしい	83.4%	+4.9%
②ふつう	16.1%	-4.5%
③おいしくない	0.5%	-0.3%
【問2】給食の量はどうか？		
①多い	15.6%	-5.5%
②ちょうどよい	73.9%	+0.7%
③少ない	10.4%	-4.7%
【問3】給食を残さず食べていますか？		
①全部食べる	54.0%	+1.8%
②ほとんど食べる	31.3%	+3.0%
③残すことが多い	14.7%	-4.7%
【問4】【問3】で③を選んだ理由（複数選択可）		
	今年度人数	前年度と比較
嫌いなものがある	26名	-3名
おなかがすかない	8名	+2名
時間がない	15名	-5名
量が多い	10名	-10名
おいしくない	0名	±0名
【問5】給食時間は楽しいですか？		
①楽しい	70.2%	+12.3%
②ふつう	28.9%	-10.0%
③楽しくない	0.9%	-2.3%

アンケートへのご協力ありがとうございました。
今年度は「給食時間は楽しいですか？」の質問に「楽しい」と回答した児童生徒の割合が10%以上増えました。コロナによる制限が終わり、楽しい給食時間を過ごせていることが伺えました。各学校給食時間に様々な放送を行い、日々楽しい時間となるよう工夫している姿も見られます。

今後も児童生徒にとって楽しい時間となるよう
Good!!
安心安全な給食の提供に努め、
新たなメニューや行事食等取り入れていきたいと思います。



順位	献立名	ポイント
1	きなこ揚げパン	198
2	ラーメン	123
3	カレー	107
4	給食だいふく	43
5	ハヤシライス	41
6	からあげ	39
7	海藻サラダ	34
8	プリン	33
9	ハンバーグ	30
10	ラーメンサラダ	24

ベスト7位までは必ず3学期の給食に取り入れます。



1位 3ポイント
2位 2ポイント
3位 1ポイント
で計算しています。

1月16日（金）のこんだて
牛乳・わかめごはん・おすいもの（いももち）・肉だんご・ごまあえ