

1月27日(月)~31日(金)

学校給食週間

「給食から知る食育ピクトグラム」

南知多町学校給食センター

食育ピクトグラムとは、誰もが分かりやすいよう作られた絵文字です。今年の学校給食週間では、食育ピクトグラムを通じて、自身の食習慣や、私たちを取り巻く環境について改めて考えて欲しいと思います。

1月27日(月)：ごはん・牛乳・鰯のしょうが煮・キャベツのごま和え・さわにわん

11

和食文化を
伝えよう



No.12 和食文化を伝えよう

- ・和食は季節の旬の食材を使ったり、栄養バランスが取れていたり、よいところがたくさんあります。
- ・和食のよさを知って、受け継いでいきましょう。



1月28日(火)：愛知の米粉パン・牛乳・愛知ウインナーのケチャップソースかけ・根菜と水菜のサラダ・カリフラワーのクリームスープ・ミルメーク

1

みんなで楽しく
食べよう



No.1 みんなで楽しく食べよう

- ・家族や仲間と、会話を楽しみながら食べる食事は、心も体も元気になります。
- ・みんなでよい雰囲気を作り、楽しい給食時間にしましょう。



1月29日(水)：ごはん・牛乳・みそカツ・ひじきと春雨のごま酢和え・

9

産地を
応援しよう



しらすのつみれ団子汁・蒲郡みかんゼリー

No.9 産地を応援しよう

- ・地元で採れた農海産物を食べることで、地域の応援につながります。
- ・輸送距離が減ることで、二酸化炭素の発生を抑え、環境にも優しいです。



1月30日(木)：ごはん・牛乳・鶏肉の照り焼き・野菜のおかか和え・根菜のみそ汁

5

よくかんで
食べよう



No.5 よくかんで食べよう

- ・よくかんで食べることで、歯の発達・維持、食べ物による窒息事故を防ぎます。
- ・よくかんでおいしく安全に食べましょう。



1月31日(金)：麦ごはん・牛乳・愛知の食材ぎょうざ・中華麺入りサラダ・マーボ豆腐

3

バランスよく
食べよう



No.3 バランスよく食べよう

- ・給食は成長に適した栄養量になるように計算して献立を立てています。
- ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事で、バランスのよい食生活になります。

