

おいしんぼう1月号

令和7年1月
国富町立学校給食共同調理場

新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まります。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？寒くて起きるのがつらい季節ですが、「早寝早起き朝ごはん」の生活リズムを整え、元気に過ごしましょう。1月は全国学校給食週間があります。

今月のテーマ「全国学校給食週間～あの頃この頃の給食～」

日本の学校給食は、明治22年(1889年)に山形県の私立忠愛小学校で、貧しくて昼食を用意できない子どものために、無償で提供されたのが始まりといわれています。それから、136年。現在の給食は、栄養バランスのよい食事で成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。それぞれの世代で「どんな給食を食べていたのか」話題にしてみてもいいのではないでしょうか？

【明治22年(1889年)】

日本で最初の給食
おにぎり 煮 漬物

あの頃の給食

この頃の給食

【昭和25年(1950年)】

戦後・支援物資による給食
コッペパン カレーシチュー ミルク(脱脂粉乳)

昭和20(1945)年に第二次世界大戦が終わると、日本では食べ物の不足が起こりました。また、戦争中は、学校給食も実施できませんでした。その時に、アメリカの「ララ」という団体から支援物資が送られてきて、学校給食を再開することができました。支援物資の小麦粉を使ったコッペパンや缶詰などを使ったカレーシチュー、そして脱脂粉乳のミルクなどでした。

【昭和40年(1965年)ごろから】

栄養バランスを考えた給食
ソフト麺のカレーあんかけ サラダ 菓物 チーズ 牛乳

【現在の給食】

生きた教材としての給食
麦ご飯 豚汁 魚フライ 添え野菜 牛乳

かみかみ献立
地産地消献立～むかの日～
日本の食文化～行事食～
世界の料理 など

出典：学校給食 2022年12月号(全国学校給食協会)・食育わくわくアイデア集(少年写真新聞社)

～保護者のみなさまへのお願い～

令和7年1月30日(木)と31日(金)は各ご家庭から「ご飯」をご持参くださいますようお願い致します。詳細に関しては、調理場から配布する「令和7年1月30日(木)・31日(金)のご飯持参について」のプリントをご確認ください。ご理解とご協力の程、お願い申し上げます。

やっしろしょうがっこう 八代小学校

八代小学校では、児童も職員も給食を楽しみにしています。全校児童が安全で衛生的な環境で給食をいただくことができるように、毎日、5・6年生の給食委員会の児童が活動しています。

【給食の準備時間】

- 5校時の授業が終わるとコンテナ室に集合し、給食当番に素早く箸や食缶を手渡せるよう、整頓します。
- 給食当番が来ると、手指の消毒、髪の手や給食着の着方、爪の伸び具合をチェックします。

【給食の片付け】

- 食器の汚れがないか、食器の入れ間違いはないかの確認、ゴミの分別の手伝いをします。

【昼休み】

- 栄養黒板に翌日の献立の記入、週末は台ふきの洗濯や石鹸の補充、ごみ袋の作成等を行います。

給食レシピ紹介 ～鶏肉のみそころばかし～

<材料 4人分>

- 鶏肉……………200g
 - にんじん……………1/2本
 - じゃがいも……………2個
 - ごぼう……………1/2本
 - こんにゃく……………80g
 - しいたけ……………4個
 - 青豆……………5g
 - 油……………適量
 - おろししょうが…小さじ1
 - ★ 砂糖……………大さじ2
 - ★ みりん……………大さじ1
 - ★ しょうゆ……………大さじ1
 - ★ 酒……………大さじ1
 - ★ みそ……………大さじ2
- みそすりょうがめやすりょうが
(※調味料は目安量です)

<作り方>

- ① 食材を食べやすい大きさに切る。
にんじん・じゃがいも・ごぼう(乱切り)
しいたけ(軸を取って、うすぎり)
こんにゃく(短冊切り)
- ② 鍋に油を入れ、鶏肉としょうがを炒める。
- ③ 肉の色が変わったら、①の食材を入れて炒める。
- ④ ★の調味料を加えて、煮込む。
- ⑤ 最後に青豆を入れて、煮込み、味がしみ込んだら完成♪