

1月 給食だより

令和4年 1月
西都市学校給食センター

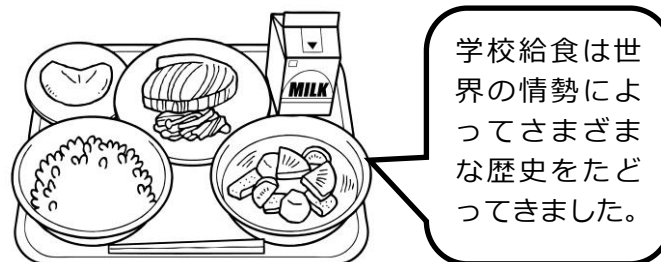
あけましておめでとうございます。新しい一年の始まりです。1月は「人々がお互いに仲睦まじく過ごす月、から「睦月」といわれています。新年を迎えられた喜びを分かち合い、新たな気持ちで1年をスタートしましょう。

1月24日から30日は全国学校給食週間です。みなさんの体と心の成長を支えている給食について考えてみましょう。

全国学校給食週間とは…

1月24日から30日は全国学校給食週間です。
全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、よりいっそうの充実をはかることを目的として定められました。

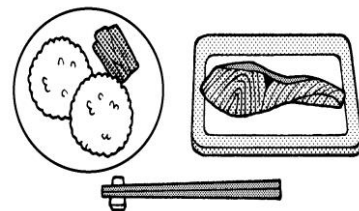
学校給食は、戦争により中断していましたが、アメリカのLARA（アジア救済公認団体）等の物資援助で再開されました。昭和21年12月24日に給食物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」と定め、後に冬休みと重ならない1か月後の1月24日～30日が「全国学校給食週間」となりました。



学校給食は世界の情勢によってさまざまな歴史をたどってきました。

学校給食の歴史 知っていますか？給食のはじまり

学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で家が貧しい子どもたちへ、無償で昼食を出したのが始まりといわれています。当時の献立は塩さけ、おにぎり、漬物などが出されたといわれます。その後、時代の流れにそって、給食のメニューもどんどん変わっていきました。



現在の学校給食

学校給食は当初、子ども達を飢えから救い、栄養状態を改善するためのものでしたが、現在では、朝食欠食などの食習慣の乱れ、食べ過ぎや偏った食事による肥満、生活習慣病の増加などが心配されることから、さまざまなことを学ぶ教材としての役割を担っています。



成長期の子どもたちの健康増進に役立つ栄養バランスのとれた食事で、地場産物も多く取り入れています。また、食に関する正しい知識や食習慣を身につけられるほか、郷土料理や行事食などを取り入れ、食文化や伝統に対する理解を深め、食への関心を高めています。



おにぎり・
焼き魚・漬物
山形県の私立忠愛
小学校で出された
とされる給食



胚芽米飯・
すいとん・漬物
胚芽米のご飯と、
きな粉とサクラエビ
の入ったすいとん
で、栄養満点！

※当時、国から推奨された献立

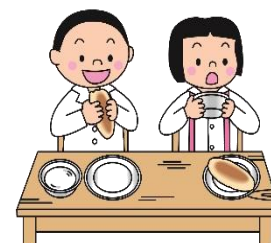


パン・ミルク・
カレーシチュー
当時、子どもたちに
大人気だった
クジラ肉の入った
カレーシチュー

ソフトめん
ミートソース・
フライポテト・
ミルク・桃缶
「ソフトめん」は、
給食のために開発
されためん

◇全国学校給食週間に合わせて、下記のような献立を取り入れています！

- 24日（月）
すいとん汁・・・昭和初期の給食
- 25日（火）
チキン南蛮・・・宮崎県の郷土料理
- 27日（木）
スパゲッティミートソース・・・昭和40年代の給食



昭和52年
カレーライス 牛乳 塩もみ
果物（バナナ） スープ

おしらせ 1月の献立について

県産農畜水産物応援消費推進事業の一環で、1月に県内産のマダイ、カンパチ、牛肉、うなぎを給食で提供します。日程は下記の通りです。

- ★12日：マダイのカレー風味揚げ
- ★14日：宮崎牛のチンジャオロースー
- ★19日：カンパチの甘辛和え
- ★28日：きざみうなぎの蒲焼き

- ★17日：西都の日で、1月の食材「千切大根」を使った「千切大根のサラダ」を提供します。
- ★18日：三財中学校3年生のリクエスト献立です。どんなメニューになるでしょうか？

★12月13日 都於郡中3年生のリクエスト献立は…

「減量麦ごはん 牛丼、カルシウムたっぷりサラダ、焼プリンタルト」でした。毎月1回のリクエスト献立をとっても楽しみにしてくれていたようです。カルシウムたっぷりサラダに使っているチーズは星型チーズを使っており、見た目にもかわいらしく、人気のメニューとなっています。

★12月6日の「宮崎牛のビーフシチュー」の感想を一部紹介します

- 今日の給食は信じられないほど、おいしかったです。
- 宮崎牛をぜいたくに使った…という放送の通り、みんな楽しみにしていたシチューでした。朝から給食の話題が聞こえていました。とてもやわらかく美味しかったです！



魚のゆずみそかけ

＜材料＞4人分

さば切身 4枚
酒 大さじ1
塩 少々
小麦粉 大さじ1
片栗粉 大さじ1
揚げ油 適量

＜ゆずみそ＞

○砂糖 大さじ1
○みそ 大さじ1と1/2
○ゆず 10g
○水 大さじ1/2

＜作り方＞

- ① 魚の切身に塩・酒をふり、下味をつける。
- ② ①に小麦粉と片栗粉をつけて油で揚げる。
- ③ 小鍋に砂糖・みそ・水を入れて火にかけて混ぜ合わせる。ゆずの皮を千切りにし（すりおろしも可）、仕上げに入れてゆずみそをつくる。
- ④ 揚げた魚にゆずみそをかける。
※ ゆずの風味が魚のにおいを消してくれます。

給食のレシピより