



新年を迎え、気持ちも新たに3学期がスタートしました。今年も子どもたちの健やかな成長と健康を願って、安全でおいしい給食を作っていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



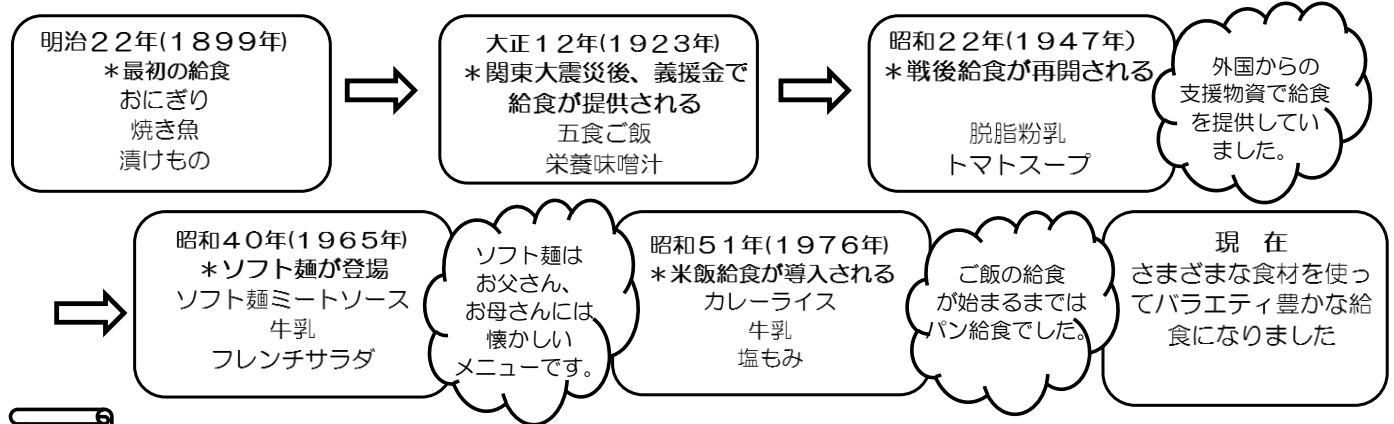
1月24日～30日は学校給食週間です。



学校給食のはじまり

明治22年、山形県にある、私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれなかった子どもたちのために、昼食を提供したのが、給食の始まりとされています。その後、全国に広がりますが、戦争が始まると、食糧不足のため中止しなくてはならなくなりましたが、戦争が終わり、昭和22年に再開されます。子どもたちの栄養不足を改善するため、外国の支援団体から届けられた、脱脂粉乳や、小麦粉、缶詰などを使った給食が提供されました。

学校給食の歴史を振り返ってみましょう



1月の献立より

- 9日 春の七草献立 7日は五節句のひとつ「人日の節句」です。その日は無病息災を願って七草粥が食べられていました。給食では七草汁にしました。
- 19日 石川県の郷土料理 荒木先生の出身地の石川県の郷土料理「冶部煮」です。車麩を使います。
- 24日 給食週間献立 給食週間にちなんで、懐かしい給食として、「鯨の竜田揚げ」と「すいとん」が登場します。*鯨は昭和30年代によく給食に登場していました。
- 31日 大根と春雨の中華炒め 初登場のメニューです。

旬の食材NOTE

「せり」

春の七草のひとつで、独特の香りがあります。香り成分には、健胃、解熱、解毒などの作用があるとされ、お正月に疲れた胃を整えるための、七草がゆに入れる野菜として昔から親しまれています。カロテン、ビタミンC、鉄分が豊富に含まれています。おいしい時期・・・1月～4月

主な野菜の産地 11月

玉ねぎ	北海道	カリフラワー	茨城県
長ねぎ	秋田県	ブロッコリー	北海道
人 参	北海道	れんこん	茨城県
じゃが芋	北海道	もやし	栃木県
ほうれん草	群馬県	みかん	熊本県
ピーマン	茨城県	りんご	青森県
キャベツ	練馬区	里 芋	練馬区

給食レシピを作ってみよう

カリカリ油揚げのサラダ

(4人分)

- | | | | | |
|-----------|-------|---------|---|---|
| 油揚げ 1枚 | ★ごま油 | 小さじ1.5杯 | ① | 油揚げを細い短冊に切り、トースターでカリカリに焼く |
| キャベツ 1/4個 | ★塩 | ひとつまみ | ② | キャベツは太千切り、人参は千切りにして茹でる(レンジに数分入れてもいいと思います) |
| 人参 1/3本 | ★しょうゆ | 小さじ1.5杯 | ③ | 野菜の水気を切り、①と★を混ぜてできあがり |
| | ★砂糖 | 小さじ1 | | |