

1月給食だより

練馬区立旭町小学校
校長 清水 誠
栄養士 西野 亜矢子

12月のメニューから

13日の「はっと汁」の「はっと」の作り方を紹介します。

はっと汁は岩手、宮城、山形などの東北地方の郷土料理です。お米が不作の時の主食替わりとして食べられてきました。「はっと」は小麦粉をよく練って、うすく伸ばして作りますが、今回の給食では米粉と片栗粉で作りました。もちもちの食感がおいしく、長く煮込んでも煮くずれしにくいので、おすすめです。

はっと

<材料 4人分>

- ・米粉…60g
- ・片栗粉…30g
- ・水…適量

<作り方>

- ①ボウルに米粉、片栗粉を入れてよく混ぜ、水を少しずつ加えて耳たぶぐらいの固さにし、よくこねる。
- ②うすく伸ばして、沸いている汁の中でゆでる。

※お好みの汁に入れて食べてください。または熱湯で茹でてあんこやきなこなどをかけて食べてもおいしいです。

1月の献立より



●24日(金)：昔の給食の献立

昭和25年ごろに食べられていた給食を再現した献立です。当時の給食で人気だったくじら肉を使います。くじらを竜田揚げにして、中濃ソース、ケチャップで作ったソースを絡めた「くじらのマリアナソース」を作ります。

●27日(月)：練馬大根たくあんを使った献立

練馬大根のたくあんとキムチを混ぜ込んだ「練馬大根たくあんのキムタクご飯」を作ります。練馬大根は幻の大根として、ほとんど市場に出回ることのない野菜です。練馬大根のたくあんを味わえる貴重な機会です。ぜひ楽しみにしてみてください。

●29日(水)：練馬区産長ねぎを使った献立

この日は練馬区産の長ねぎを無償で提供してもらう予定です。長ねぎをたっぷり使った「ねぎ塩カルビ丼」を作ります。長ねぎは1年を通して食べられていますが、この時期は甘みが増しておいしくなります。

12月の主な食材の産地

- ・米…岩手県産ひとめぼれ、青森県産まっしぐら
- ・牛乳(予定産地)…東京、群馬、山梨、岩手、青森、秋田、宮城、北海道
- ・人参…千葉
- ・玉ねぎ…北海道
- ・じゃがいも…北海道
- ・生姜…高知
- ・にんにく…青森
- ・キャベツ…愛知、練馬区
- ・長ネギ…茨城
- ・大根…練馬区
- ・しめじ…長野
- ・えのき…長野
- ・なめこ…長野
- ・大麦…国産
- ・りんご…青森
- ・紅マドンナ…愛媛
- ・鶏肉…青森
- ・豚肉…青森
- ・ちりめんじゃこ…瀬戸内・兵庫
- ・ししゃも…カナダ、アイスランド
- ・さば…ノルウェー
- ・ピーマン…茨城
- ・れんこん…茨城
- ・小松菜…東京都瑞穂町
- ・ごぼう…青森
- ・セロリー…愛知
- ・ほうれん草…立川
- ・白菜…茨城
- ・パプリカ…静岡
- ・もやし…栃木
- ・さつまいも…茨城

1月24日～30日は、全国学校給食週間です!

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現：鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

学校給食の移り変わりを見てみよう!

明治22年	戦後(昭和20～30年代)	現在
<p>私立忠愛小学校で提供されたときされる給食。</p>	<p>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。</p>	<p>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。</p>