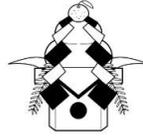


1月給食だより

令和5年1月9日
練馬区立春日小学校

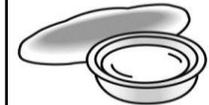
新年あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願いいたします。冬休みは年越しそばやおせち料理、お雑煮など、日本に昔から伝わる食文化に触れる機会も多かったのではないのでしょうか。

「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけて病気の予防に努め、冬休みに向けて元気に過ごしましょう。



1月24日～30日は全国学校給食週間です！

学校給食のあゆみ



明治22年



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

昭和初期



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！

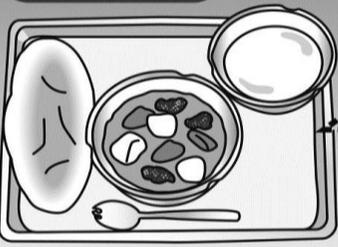
※当時、国から推奨された献立

昭和22年



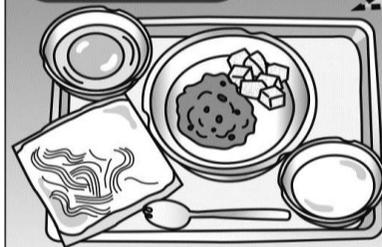
マカロニとサケ缶のミルクスープ
ラバ物資を使って、東京の小学校で出された給食

昭和30年代



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

昭和40年代



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

がっこう給食は明治22年(今から135年前)に山形県鶴岡市で始まったと言われています。食べるものが思うように手に入らなかった時代、学校給食は多くの子どもたちの健康と成長を支えました。「全国学校給食週間」は学校給食への理解と関心を深め、食育活動を推進する期間です。日本では「学校給食法」により安全で栄養バランスの優れた給食が提供されるよう定められています。単なる食事ではなく、食育の場としての役割があります。給食では苦手なものができることもあるでしょう。その時はぜひ一口食べてみてください。きっと「食べてみたらおいしかった!!」という経験を通して食の世界が広がるでしょう。

地場産物を使用した学校給食



練馬区は東京23区の中で最も畑が多い都市です。キャベツを始め、さまざまな野菜が栽培されています。

1月24日は練馬産の人参を使った地産地消給食です。練馬区で栽培された人参が区より無償提供されます。

本校では15kgの人参を使って、スパゲティミートソース、人参ドレッシングのサラダとケーキを作ります。

また1月25日は練馬大根で作った練馬大根たくあんを給食に使用します。練馬大根は育てるのに手間がかかるため生産量が激減しましたが、多くの人の働きかけで現在は年に14000本が栽培されています。

貴重な練馬大根で作った昔ながらのたくあんをご飯に混ぜて提供します。お楽しみに♪

かすがのレシピ【にんじんケーキ】

☆1月24日の給食に登場します。

【材料 4人分】

無塩バター…30g

にんじん…60g

牛乳…50cc

水…小さじ2

生クリーム…大さじ1

ベーキングパウダー…小さじ半分

砂糖…35g

重曹…小さじ半分

薄力粉…80g

紙カップ…4個

砂糖…大さじ2

【作り方】①にんじんは茹でてミキサーにかける。

(フォークで細かくつぶしてもよい)

②バターを溶かし、砂糖とよく混ぜる。

③②に牛乳・生クリーム・にんじんを加える。

④薄力粉・ベーキングパウダー・重曹を混ぜて

ふるいながら入れ、ざっくりと混ぜる。

⑤170度のオーブンで10分程度焼く。

12月の主な給食食材産地



こめ:青森県(まっしぐら)

ぎゅうにゅう:東京都・群馬県・山梨県・岩手県・青森県・秋田県・宮城県・山形県・北海道

たまねぎ:北海道 きゃべつ:練馬区・愛知県 だいこん:練馬区・千葉県

じゃがいも:北海道 ねぎ:茨城県 ごぼう:埼玉県 さつまいも:千葉県

にんじん:埼玉県・東京都 こまつな:埼玉県 ぶた肉:茨城県 とり肉:岩手県・宮城県



学校給食費の徴収にご協力をお願いします。
2月の口座引き落としは5日(月)です。
学校給食にご理解・ご協力を宜しくお願いいたします。

