

1月給食だよ

令和 4年 1月 8日
練馬区立光が丘四季の香小学校
校長 繁田 幸江
栄養士 伊藤 さおり

あけましておめでとうございます。早いもので、1年のまとめの3学期が始まりました。寒い日が続きますが、換気や手洗いをしっかり行い、給食では「黙食」を徹底するなど、感染予防に努めましょう。給食室では今年も安全でおいしい給食を提供できるように取り組んで参ります。

1月の献立から



★1月11日 おせち料理と七草献立

1月7日の朝に7種類の野草が入ったおかゆを食べ、その年の無病息災を願います。給食では小豆ときびと枝豆をもち米と炊いた、新春おこわと、縁起のよい出世魚のぶりの照り焼き、紅白なます、そして七草汁風を作ります。なますには色鮮やかな紅色の金時にんじんを使用します。

★1月24日 全国学校給食週間

1月24日から30日は全国学校給食週間です。初日は日本で初めて提供されたと言われている、おにぎり、漬物、焼き鮭という当時の献立に近い献立で、給食の歴史を学んでもらいます。

★1月25日 インド料理

インドでは、カレーはご飯やナンというパンの一種と一緒に食べられます。サモサは、蒸したじゃがいも、肉、野菜などを小麦粉で作った皮で包んで油で揚げた軽食です。インドでは豆もよく食べられる食材です。旬のプロッコリーと豆を使ったサラダを作ります。

★1月26日 Book 給食

図書委員会が企画したBook 給食です。3冊の本に登場する料理から、給食で食べたいものを子供たちに投票してもらいました。1位の「おしりたんてい」より、「スイートポテト」を作ります。

★1月27日 愛媛県の郷土料理

「もぶる」とは、混ぜるという意味で、おもぶりご飯は、野菜などを煮てからご飯に混ぜる料理です。里芋、野菜、昆布、竹輪を入れたおもぶりご飯を作りました。愛媛県は海の幸、山の幸に恵まれた県です。海の幸のきびなごはから揚げにし、昔から食べられている保存食の切り干し大根で炒め煮を作りました。

★1月28日 昭和の給食

戦後再開された昭和の給食はパンにおかずやスープという給食でした。当時の給食によく登場した、くじらの竜田揚げを味わってもらいます。



苦手な物にもトライしよう!



皆さんは、給食で苦手な食べ物が出たら、どうしていますか？ 全く手を付けずに残している人もいるかもしれませんが、ひと口でいいので食べてみてください。初めは苦手でも、食べ慣れることでだんだんおいしく感じるようになっていきます。また、味覚は成長とともに変わっていくので、苦手だと思っていたものでも、食べてみたらおいしかったということもあります。

小さいころから、さまざまな味の経験を積むことで、豊かな味覚が育ちます。今年「寅年」、苦手な食べ物にもぜひ「トライ」してみてくださいね!





1/24~1/30



「全国学校給食週間」

学校給食の昔と今

日本の学校給食の始まりは、明治22年までさかのぼります。山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）にある大督寺というお寺に開校された私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていきましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するために、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）からの援助物資で学校給食が再開されることになりました。そして、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とすることが定められました。昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日~30日の1週間を「全国学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなどを目的に、毎年、全国でさまざまな行事が行われます。



昔の給食を見てみよう！



昭和22年ごろ

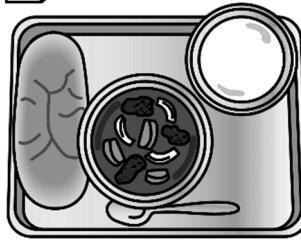


トマトシチュー・ミルク



LARA 物資の脱脂粉乳や缶詰を使って、給食が作られました。ミルクは、牛乳から脂肪分を取り除いて乾燥させた「脱脂粉乳」をお湯で溶いたもので、独特な風味で苦手な子どもが多かったようです。

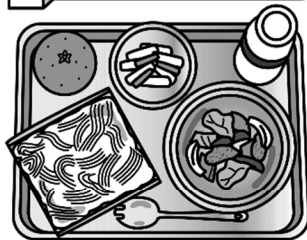
昭和25年ごろ



コッペパン・ミルク・カレーシチュー

アメリカから寄贈された小麦粉を使い、パン・ミルク・おかずの「完全給食」が始まりました。おかずには、当時は安価だったクジラ肉やちくわがよく使われていました。

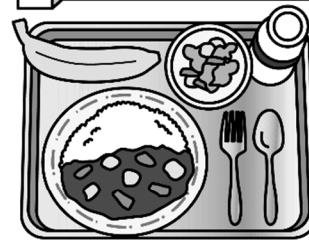
昭和40年ごろ



ソフトめん五目あんかけ・牛乳・甘酢あえ・みかん

パン以外の主食として、昭和38年ごろからソフトめん（ソフトスパゲッティ式めん）が導入されました。牛乳は、昭和33年から一部地域で供給され、昭和39年に本格的な供給が始まりました。

昭和51年ごろ



カレーライス・牛乳・サラダ・バナナ

昭和51年に米飯（ご飯）が正式に導入されました。当時は、ご飯を炊く設備がない所が多く、おかずを作る釜で、ご飯とおかずの両方を調理するため、回数は多くありませんでした。

今の給食は？



ご飯を中心とした和食の献立を基本に、郷土料理や行事食を提供しています。また、世界の多様な食文化への理解を深めることを目的とし、さまざまな国の料理も取り入れています。そして、食事の提供だけではなく、栄養バランスや地域の食文化、食べ物への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための「生きた教材」として活用するなど、「食育」の役割も担っています。

