

(家庭数配布)  
平成28年度  
冬休み号

# 給食だより

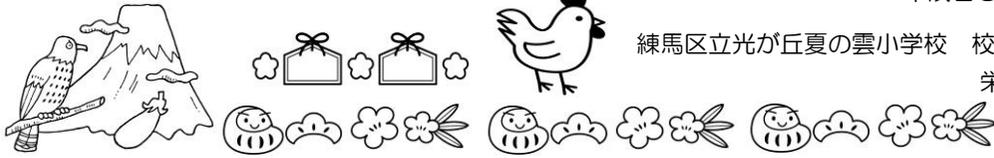


早寝早起き朝ごはん  
「早寝早起き朝ごはん」運動  
シンボルマーク

今月は学校給食費最後の引き落としになります。  
学校給食費の徴収にご協力をお願いします。  
1月の引き落としは**1月6日(金)**です。

平成28年12月20日

練馬区立光が丘夏の雲小学校 校長 牧野光洋  
栄養士 澁谷 楨



もうすぐ楽しい冬休みが始まります。休みの間も「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、規則正しい生活を送って元気に過ごしましょう。  
年が明けて、1月24日から30日までは全国学校給食週間です。この機会に、学校給食の意義や役割について改めて考えてみましょう。

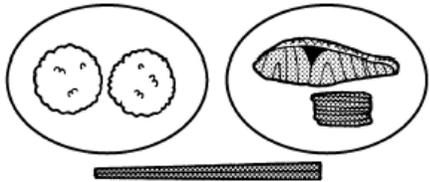
## 全国学校給食週間とは

学校給食は栄養バランスのとれた食事によって、子どもたちの心身の成長を支え、また「生きた教材」として、生涯にわたって健康で充実した生活を送るための自己管理能力を育てるなどの役割があります。  
全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層の充実をはかることを目的として定められました。

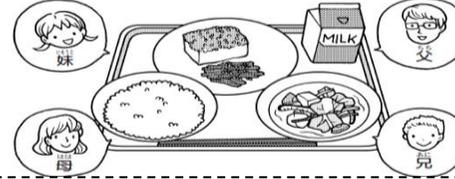


## 学校給食の始まり

明治22年に山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちを対象に無償で提供された昼食が、日本で最初の学校給食だといわれています。当時の献立はおにぎり、塩さけ、菜の漬物などが出されていたといわれています。



### 給食の思い出を家族で話題にしてみませんか？



家族で食事をする時に、給食の思い出を話題にしてみましょう。好きな(好きだった)給食の献立や印象に残っているできごとなどを、ぜひ語り合ってみてください。



- 10日 <新春献立> ごはん 松風焼き 紅白なます 根菜汁  
新年のお祝い献立として、「松風焼き」「紅白なます」を出します。そして、冬が旬の根菜を使った、体の温まる「根菜汁」を出します。
- 11日 <鏡開き> みたらしだんご  
11日は鏡開きです。夏雲小では、この日にちなんで、人気メニューの「みたらしだんご」を出します。  
《↓全国学校給食週間中の献立をピックアップしてご紹介します。↓》
- 24日 <昭和の給食> きなこ揚げパン  
昭和30年代、給食の主食は主にパンでした。昭和39年頃になると、調理したパンが出るようになり、「揚げパン」は、東京都大田区の小学校で生まれ、今でも大人気の給食メニューになっています。この日は、大豆の豊富な栄養がとれるきなこをまぶした「きなこ揚げパン」を出します。
- 25日 日本の郷土料理<北海道・東北>  
わかめご飯(岩手) 鮭のチャンチャン焼き(北海道) せんべい汁(青森)  
せんべい汁は、青森県の郷土料理です。せんべいとは、「南部せんべい」のことで、お菓子で食べるタイプのせんべいではなく、汁物専用の南部せんべいを使います。つるんとした食感が楽しい、体の温まる汁物です。お楽しみに！
- 26日 日本の郷土料理<近畿・四国>  
たこめし(兵庫) 梅肉和え(和歌山) ゆず塩肉じゃが(高知)  
たこめしは、兵庫県の郷土料理で、たこが入った炊き込みごはんです。コリコリとした、たこ独特の食感を楽しんでもらいたいと思います。
- 27日 <東京都地場産物>  
練馬たくあんごはん ムロアジの揚げぎょうざ 大根と油揚げのみそ汁  
練馬たくあんごはんに使うたくあんは、練馬大根を使用した「練馬本干ぬか漬けたくあん」です。練馬の農家の方が育て、練馬の漬物業者が漬けたものです。ムロアジは八丈島産、みそ汁に入れる大根は、練馬区産のものを使用する予定です。
- 30日 <世界の料理> ヤンニョムチキン 塩ナムル トックスープ  
学校給食は、昭和60年頃から世界の料理が献立に入るようになりました。今回は、日本のお隣の国で、食文化にもなじみのある韓国の料理を献立に入れました。去年大人気だったヤンニョムチキンは、

<学校給食用食材の産地等について 1月分>  
★食材の産地は市場の仕入れ等により変更があります。ご了承ください。

- 精米 : 岩手県産ひとめぼれ 北海道産なつぽし
- 肉類 : 鶏肉(宮崎 鹿児島 岩手) 豚肉:(群馬) \*牛肉の使用はありません。
- 魚介類: 鮭(北海道) たら(北海道) ししゃも(ノルウェー) ムロアジ(八丈島) たこ(モロッコ)
- 青果類: じゃがいも(長崎・北海道) キャベツ(練馬) 小松菜(練馬・埼玉) 白菜(茨城) れんこん(茨城) ブロッコリー(東京・埼玉・愛知) ごぼう(青森) かぶ(千葉) 生姜(長崎・高知) きゅうり(埼玉・宮崎) たけのこ(熊本・福岡) にら(栃木) セロリ(静岡) 大根(練馬) 玉葱(北海道) 人参(東京・千葉) きのこと類(長野) にんにく(青森) さつまいも(茨城・千葉) ピーマン(宮崎) もやし(栃木) ねぎ(千葉) ゆず(練馬) りんご(長野・青森・山形)
- 学校給食用牛乳 11月分産地実績: 千葉県、岩手県、宮城県、青森県、秋田県、北海道