



平成 28 年度

1 月給食だよ！

練馬区立光が丘秋の陽小学校
校長 関川 健
栄養教諭 佐藤 綾子

1 月の給食費引き落とし日は、5 日（木）と 19 日（木）です！



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

※早寝をすると朝、しっかりと起きることができます。しっかりと朝食を食べて、元気に学校へ登校してきてください！

☆1 月の主な食材使用予定産地(厳選して使用します)牛乳は、千葉・群馬・岩手・宮城・北海道

産地	練馬			東京	北海道	青森	長野	栃木	群馬
食材名	練馬大根	白菜	ねぎ	明日葉	いか	鮭ごぼう	しめじ	もやし	キャベツ
	小松菜	大蔵大根	里芋	小平ブルーベリー	ししゃも	にんにく		にら	
	たくあん	キャベツ	ゆず		玉ねぎ	りんご			
産地	千葉	埼玉	愛媛	高知	静岡	長崎	ニュージーランド	アラスカ	ベトナム
食材名	人参	きゅうり	みかん	生姜	セロリー	いんげん		すけとう	えび
	さつまいも	小松菜			パセリ	じゃが芋	ホキ	うだら	インドネシア



1 月の献立より



- 10 日（火）今年最初の給食です！秋の陽小のカレーライスには、1 から 3 年と 4 から 6 年の 2 段階の辛さになっています。味覚は、大切です！小さいうちから激辛になれないように味覚を大切にしてください。
- 13 日（金）旬のゆずを使った魚料理です！子供たちが大好きなメニューです。
- 16 日（月）お誕生日給食です。
- 17 日（火）手作りあしたばパン。八丈島のあしたばの粉を使用します！
- 19 日（木）食育の日で、ハッピーにんじんが入っていたらハッピーになれるかも。
- 24 日（火）から全国学校給食週間です！今年の秋の陽小では、昔の給食メニューを再現していきます。
- 26 日（木）練馬大根のたくあんを使用した「たくあんご飯」を作ります。

練馬区・東京都産の食材を使用しています！地産地消！です。

2017 年酉年 あけましておめでとうございます！

冬休みがおわり、酉年が始まりました。3 月まであっという間です！日本には、「1 月は行く、2 月は逃げる。3 月は去る。」という言葉があります。今の学年で過ごすのもわずか 3 ヶ月弱です。毎日を大切に、そして充実した日にするためにも規則正しい生活とバランスのよい食事を心がけましょう！

全国学校給食週間（1 月 24 日から 30 日）

秋の陽小学校では、日本ではじめての給食メニューから年代を追って、昭和 30 年代、昭和 40 年代、昭和 50 年代、昭和 60 年代と昭和の時代に実施していたメニューを作ります。おじいさん、おばあさん、お父さん、お母さんが食べた懐かしい給食の味を体験しましょう！



【学校給食の歴史】



明治 22 年に山形県の私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持って来られない子のために昼食を提供するのが始まりとされています。

メニューは、おむすび・焼き魚・漬け物でしたが、秋の陽小学校では現在の栄養価には足りないため、すいとんをプラスして提供します。

その後、この忠愛小学校の昼食提供は全国へと広まりましたが、戦争により中断をすることになりました。しかし、戦争が終わった昭和 22 年には学校給食が再開されます。子供たちの栄養不足を解消するために、外国からの支援物資などが届き、脱脂粉乳や小麦粉、缶詰などを使った給食の提供がありました。小麦が届いたため、パンの提供もありました。昔のコッペパンは、靴みたいに大きかったそうです。牛乳ではなく脱脂粉乳は、大きなポットに入れられて教室まで運ばれたそうですよ・・・