



1月号 

「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク



練馬区立大泉南小学校



あけましておめでとうございます 

あたらしい1年が始まりました。今年も力を合わせて、安心・安全でおいしい給食作りに取り組んでいきますので、どうぞよろしくお願い致します。

早いもので今年度もあと数ヶ月となりました。今の学年で給食を食べる日もわずかです。「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」というように、この3ヶ月はいつも以上に時間が過ぎるのを早く感じる時期です。残りの1日1日を大切に過ごしていきたいですね。

## 冬が旬の青菜をもっと食べよう

ほうれんそうをはじめ、こまつなやみずな、しゅんぎくなどは、どれも冬が旬です。旬の野菜は栄養価も高く、たくさん出まわるため安く買うことができます。また生産するために使われる燃料なども旬以外にくらべると少なくともすむため、CO<sub>2</sub>排出量も減るなどのメリットもあります。特にほうれんそうは、夏に収穫するものと冬に収穫するものとは、ビタミンCの量が3倍も違います。栄養価が高い旬の青菜をたくさん食べましょう。

## 今月の献立より・・・

- 年明け初日、11日の給食はおもちの代わりに白玉だんごを使ったお雑煮です。
- 16日のこぎつねご飯は、甘辛く炊いた鶏ひき肉と油揚げを混ぜ込んでいます。
- 17日のキャロットゼリーはにんじんとみかんジュースで作ります。
- 24日は「全国学校給食週間」初日ということで、コッペパンにくじらの竜田揚げで昭和30年代の給食に近づけてみました。
- くじらの竜田揚げを初めて見る、食べるという児童も多いのではないのでしょうか。
- 26日はリクエストのあったピザトーストです。ピザソースは、トマトピューレ、トマトケチャップ、ウスターソースで手作りします。
- 27日は練馬産の大根を使用した練馬ご飯に、東京都八丈島で取れたトピウオを使用したトピウオ団子汁です。
- 28日、展示会の日は冬野菜カレーです。いつもの野菜にプラスして冬が旬の「れんこん」、「ごぼう」の入ったカレーです。

1月24日～30日

## 全国学校給食週間



### 学校給食の歴史



明治22(1889)年に山形県にある私立忠愛小学校で、貧しくお弁当を持ってこられない子どもたちのために昼食を提供したのが始まりとされています。その後、全国へ広まりますが、戦争による食料不足のため、中止せざるをえなくなりました。



戦争が終わり、昭和22(1947)年に学校給食が再開されます。子どもたちの栄養不足を改善するため、外国の支援団体などから届けられた脱脂粉乳や小麦粉、缶詰などを使った給食が提供されました。

脱脂粉乳で作られたミルクは、大きなミルクポットに入れられて教室に運ばれました。

※昭和21年12月11日、文部、厚生、農林三省次官通達「学校給食実施の普及奨励について」が発せられ、戦後の学校給食の方針が定まりました。同年12月24日、東京、神奈川、千葉の三都県の学校で試験給食が実施され、この日を記念日としましたが、通常は冬休みのため、1か月後の1月24日から1週間が「全国学校給食週間」になりました。

### 現在の学校給食



学校給食は当初、子どもたちを飢えから救い、栄養状態を改善するためのものでしたが、現在では、朝食欠食などの食習慣の乱れ、食べ過ぎや偏った食事による肥満、生活習慣病の増加などが心配されることから、さまざまなことを学ぶ「教材」としての役割を担っています。

## 今月使用する給食食材の産地について

- ・お米は青森県産まっしぐらを使用します。
- ・牛乳の産地は千葉・群馬・岩手・青森・宮城・秋田・北海道の予定です。
- ・魚介類は、鮭(北海道・三陸産)、ちりめんじゃこ(兵庫県産)、ししゃも(ノルウェー産)、くじら(北西太平洋産)、とびうお(東京都八丈島産)の予定です。
- ・肉類は、鶏肉(岩手県産)、豚肉(埼玉県産)の予定です。
- ・野菜類は、キャベツ、はくさい、長ねぎ、だいこん、ブロッコリー(練馬産)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん(北海道産)の予定です。
- ・果物類は、いよかん、みかん(愛媛県産)、りんご(青森県)の予定です。
- ★東京都や練馬区のホームページにて、給食で使用している食材などの検査値が報告されております。



### おうちの方へお願い

- いつも給食費の徴収にご協力いただきありがとうございます。
  - 1月の給食費引き落としは12日(木)で、今年度最終回です。
  - 給食当番の週末に、給食着、ワゴンカバー、配膳台カバーなどを持ち帰ります。お手数ですが、洗って週明けに必ず持たせてください。
- どうぞよろしくお願い致します。

