



1月給食だより



練馬区立開進第三中学校

校長 堀 健一
栄養士 草場孝子

あけましておめでとうございます。早いもので1年のまとめの三学期がはじまりました。寒い日が続きますが、換気や手洗いをしっかり行い、感染予防に努めましょう。

ぜん こく がっ こうきょうしよく しゅうかん
**全国学校給食週間が
はじまりまーす！**



昔の給食を見てみよう！



昭和 22 年ごろ

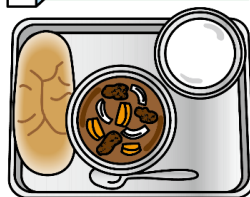


トマトシチュー・ミルク



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、大きなパン・ミルク・おかずの「完全給食」が始まりました。おかずが少なかったので大きなパンで栄養を採りました。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」の役割を担っています。



今月の献立より

20日(金) *大寒の卵献立

1年でもっとも寒さの厳しい時期に生まれた卵のことです。栄養満点の大寒の卵を食べると、その一年が健康に過ごせるといわれています。

24日(火) *練馬区産たくあん献立

練馬大根は昔、たくあん漬けに適した大根として全国にその名を馳せていました。現在はほとんど市場に出回ることはありませんが、給食のために練馬区が手配をしてくれました。「練馬たくあんとキムチごはん」を提供いたします。

25日(水) *練馬人参の一斉給食

今年度は、練馬キャベツ、練馬大根の他に練馬人参を区から無料で供給されることになりました。新鮮な人参を使って「キャロットラペ」を作ります。

27日(金) *TOKYO X 餃子

「TOKYO X」は、肉質に優れた特徴をもつ3品種の豚（北京黒豚、ポークシャー種、デュロック種）を掛け合わせ美味しく改良された豚です。エサや育つ環境も配慮され、その美味しさづくりは、豚の育成から始まっているブランド豚です。味わっていただきましょう。

【12月の主な食材の産地】

じゃがいも：北海道
キャベツ：練馬
小松菜：東京
人参：練馬
玉葱：北海道
長葱：青森
ブロッコリー：埼玉
みかん：熊本
大根：練馬
鶏肉：岩手 鮭：北海道
豚肉：群馬
米：秋田県（萌えみのり）
牛乳：東京 群馬 山梨 岩手
青森 北海道 宮城 秋田

今年度最後の給食費の引き落としは、1月5日(木)（再引き落とし20日(金)）です。残高の確認を宜しくお願いいたします。ご協力をお願いいたします。