



謹賀新年

新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？寒くて起きるのがつらい時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。



今月の
給食目標

感謝して食べよう

冬の野菜は甘い!?

冬が旬の野菜は、寒さで凍らないよう、細胞に「糖」を蓄えるため、甘く感じます。また、雪がたくさん降る地域では、「越冬野菜」といって、秋に収穫する野菜をそのまま埋めておき、雪の中で保存する方法があります。寒さで野菜の甘味やうま味が増して、よりおいしくなるそうです。冬ならではの野菜の甘味、ぜひ味わってみてください。

今年うさぎ年



うさぎのように野菜をモリモリ食べよう!



1月24日~30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう!

学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材です。現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

学校給食の始まり

日本の学校給食は、1889(明治22)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)にある大誓寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大誓寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。



<p>明治 22 年ごろ</p> <p>おにぎり 塩ザケ 漬物</p>	<p>大正 12 年ごろ</p> <p>五色ごはん 栄養みそ汁</p>	<p>昭和 17 年ごろ</p> <p>すいとんのみそ汁</p>	<p>昭和 22 年ごろ</p> <p>ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー</p>	<p>昭和 27 年ごろ</p> <p>コッパバン ミルク(脱脂粉乳) 鰯の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム</p>
-------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------	---	---

支援物資による学校給食の再開

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946(昭和21)年に、アメリカのLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。昭和25年に、アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が始まりました。

当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950(昭和25)年度からは冬季休業と重ならない1月24日~30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



1月

よていこんだて



月	火	水	木	金
9日	10日	11日 塩の日	12日	13日 〇切干大根
<p>成人の日</p>	☆牛肉ちらし 紅白すまし汁 雪のポンデローナツ	ごはん じゃがいものシャキシャキ炒め 鶏の塩ちゃんこ みかん しそひじき	ごはん 五目野菜炒め マーボー豆腐	ごはん さばの味噌煮 切干大根のごましょうゆ和え えのきのみそ汁
工 735 kcal 夕 23.6 g	工 641 kcal 夕 22.1 g	工 727 kcal 夕 31.0 g	工 665 kcal 夕 24.4 g	工 665 kcal 夕 24.4 g
脂 27.2 g 塩 1.9 g	脂 17.4 g 塩 1.0 g	脂 24.9 g 塩 1.9 g	脂 22.4 g 塩 1.9 g	脂 22.4 g 塩 1.9 g
16日 フランスの日	17日 中国の日	18日 アメリカの日	19日 スペインの日	20日 インドの日 〇大浜大豆の日
ごはん 魚のムニエル タルタルサラダ コンソメスープ	ごはん 北京ダック風チキン 三色ナムル ☆トマトと卵の中華スープ	コッパパン スラッピージョー フライドポテト 野菜たっぷりスープ	ごはん 白身魚のサルサソース キャベツと豆のスープ	ナン キーマカレー イチゴ入りヨーグルト和え
工 590 kcal 夕 26.4 g	工 624 kcal 夕 25.3 g	工 639 kcal 夕 18.7 g	工 644 kcal 夕 25.7 g	工 712 kcal 夕 28.5 g
脂 14.9 g 塩 1.5 g	脂 20.0 g 塩 1.6 g	脂 19.4 g 塩 2.7 g	脂 18.6 g 塩 1.7 g	脂 25.6 g 塩 3.0 g
23日 北海道の日	24日 大阪府の日	25日 石川の日 〇大浜大豆豆腐	26日	27日
ごはん ざんぎ キャベツの煮びたし 道産子汁	ごはん ☆たこ焼き 野菜の昆布漬 すき焼き風煮 若	中島菜めし やたら漬 大浜大豆豆腐の手作りとり野菜 五郎島金時まんじゅう	ごはん 蒸し餃子 いわのりナムル 白菜の中華スープ	ごはん 鶏肉と野菜の焼きつくね ひじきマリネサラダ 大根のコンソメスープ
工 790.0 kcal 夕 32.6 g	工 686 kcal 夕 26.4 g	工 664 kcal 夕 25 g	工 538 kcal 夕 16 g	工 588 kcal 夕 17 g
脂 28.0 g 塩 1.7 g	脂 20.6 g 塩 1.9 g	脂 17 g 塩 3 g	脂 13 g 塩 1 g	脂 20 g 塩 2 g
30日	31日	☆マーク・・・アレルギー対応日 牛乳はすべての献立につきまます。	栄養表示については、エネルギー【工/kcal】、たんぱく質【夕/g】、脂質【脂/g】、塩分【塩/g】で表示されています。 すべての献立に牛乳が付きまます。	飯 ...飯田リクエスト給食 直 ...直リクエスト給食 11月でリクエスト完遂！ 若 ...若山リクエスト給食 1月でリクエスト完遂！
工 680 kcal 夕 23.2 g	工 619 kcal 夕 20.9 g	工 650.0 kcal 夕 24.0 g	工 659.0 kcal 夕 24.4 g	工
脂 21.0 g 塩 1.7 g	脂 17.7 g 塩 1.9 g	脂 18.0 g 塩 2.0 g	脂 20.3 g 塩 1.9 g	脂
		もとなる数値	今月の平均値	

今月の〇〇給食の日(珠洲食材使用日)は、1/13【切干大根】、1/20【大浜大豆】です。
 献立は仕入れ状況によって変更になる場合があります。

学校給食は教育活動に



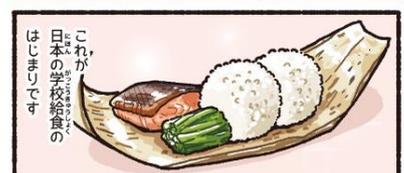
1954(昭和29)年に「学校給食法」が公布・施行され、学校給食は教育活動として実施されることになりました。

それから、時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。

昭和30年代後半には脱脂粉乳のミルクが牛乳へと切り替わり、コッパパン以外のパンやソフトめんなど、主食の種類が増えていきました。米飯が正式に導入されたのは昭和51年のことです。



学校給食のはじまり



1月24日～30日は、全国学校給食週間です。給食の歴史を知りましょう。



飯田共同調理場では、全国学校給食週間にあわせて、「世界と日本の料理を味わう8日間！」とし、色々な国や地域の郷土料理を給食で提供します。最終日は石川県のいろいろなおいしい料理を集めました！