

1月

# 給食だより



新年あけましておめでとうございます。今年も健康で充実した一年にしたいですね。子どもたちの健康な身体づくりのために、おいしい給食を心をこめて作ります。



## 1月24日～30日は 全国学校給食週間 です

全国学校給食週間は学校給食の意義や役割について多くの人に知ってもらい、この機会に給食について理解と関心を深めてもらうことを目的としています。

### 《 日本の学校給食の歴史 》



明治22年、山形県鶴岡町の大督寺だいたくじというお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で、生活が苦しい家庭の子どもに無償で昼食を用意したことが、日本の学校給食の始まりとされています。その昼食は、大督寺の僧侶が一軒一軒家を回り、お経を唱えることでいただいたお米やお金で用意したものでした。

#### 明治22年ごろ（おにぎり、塩鮭、菜の漬物）

大正12年には子どもの栄養改善のための方法として国から奨励され、徐々に広がりました。その後、戦争による食料不足などを理由に中止せざるを得なくなりました。



#### 大正12年ごろ（五色ごはん、栄養みそ汁）

昭和29年には、食糧難で子どもの栄養状態が悪化し、国民の要望が高まったことで再開され「学校給食法」が成立しました。学校給食の目標の一つは「適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること」であり、学校給食は1日に必要な栄養素の約1/3がとれるように、バランスを考えながら作られるようになりました。



#### 昭和29年ごろ（脱脂粉乳、コッペパン、ジャム、鯨の竜田揚げ、千切りキャベツ）

平成21年に「学校給食法」が改正されると、その目的が「食育」の観点から見直されました。昔ながらの郷土料理、行事食、世界の料理なども提供されるようになりました。地域の新鮮な旬の食材を使った献立も増えてきました。



#### 平成21年ごろ（牛乳、米粉パン、鶏肉のカシューナッツ炒め、サラダ、コーンスープ、くだもの）

### ふくらぎと丸いもの甘辛め

#### \*材料\* 【4人分】

- ふくらぎ…………… 200g
- しょうが(すりおろし)…………… 大さじ1
- 料理酒…………… 大さじ2
- 片栗粉…………… 適量
- 丸いも…………… 1/2個
- 小麦粉…………… 適量
- 揚げ油…………… 適量
- にんじん…………… 1/2本
- たけのこ水煮…………… 1/3本
- たまねぎ…………… 1個
- ピーマン…………… 1個
- 砂糖…………… 大さじ1
- みりん…………… 大さじ1
- 醤油…………… 大さじ2
- 塩・水…………… 適量

#### \*作り方\*

- ① ふくらぎは2cm角に切り、すりおろししょうがと料理酒で下味をつけ片栗粉をまぶして揚げる。まる芋は皮をむいて2cmの乱切りにし小麦粉をまぶして揚げる。
- ② 玉ねぎは2cm角切り、にんじんはいちょう切り、たけのこはいちょう切り、ピーマンは1.5cm角切りにし茹でておく。
- ③ フライパンに調味料と水を入れ沸騰したら、にんじん、たけのこ、たまねぎを加え、やわらかくなるまで煮る。
- ④ ①を入れて混ぜ味を調えピーマンを加える。

能美市特産のまる芋を使った給食週間の献立です。

