

給食だより 1月号

令和5年度 明峰小学校

あけましておめでとうございます。今年もいろいろな食べ物を食べ、たくさんの“おいしい”を感じてほしいです。1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。学校給食について改めて知るとともに、食べ物の命と人への感謝を伝えるよい機会にしましょう。

1/24~1/30 「全国学校給食週間」 学校給食の昔と今

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子供たちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。

戦争が終わり、子供たちの栄養状態を改善するために、昭和21年にアメリカのLARA（アジア救援公認団体）からの援助物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。



昭和22年ごろ

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、「脱脂粉乳」をお湯で溶いたものでした。



昭和25年ごろ

アメリカから寄贈された小麦粉を使い、パン・ミルク・おかずの「完全給食」がはじまりました。



昭和40年ごろ



昭和51年ごろ

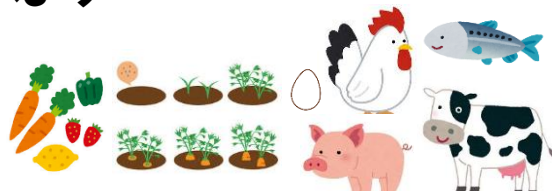
昭和30年代後半には、脱脂粉乳が牛乳へと切り替わり、昭和38年ごろからソフトめんが、昭和51年に米飯が正式に導入されました。

～感謝の気持ちで食べよう～

その1 食べ物の命

食べ物はすべて命ある生き物です。肉や魚は何となく想像がつくと思いますが、野菜や果物も育っているということは生きている、生き物であるということです。

わたしたちはその命をいただくことで、こうして生きることができています。



その2 関わる人

給食室では、調理員9人と栄養士1人で約590人分の給食を作っています。



①納品

7時50分、業者さんから食材を受け取る。



②食材の下処理・切り

野菜の不要な部分を切って3回洗浄する。食べやすさを考えながら手切りする。



③ご飯

1回で38キロのお米を給食室の炊飯器で炊く。



④食器出し

20クラス分の重い食器を出す。



⑤ほとんどが手作り

手作りを心がけている。魚のフライやアメリカンドック、ハンバーグ、たれやルウ、ドレッシングも手作りする。だしも取る。



⑥配缶

数や量を間違えることがないように、また、蓋を開けた時にきれいにみえるように配缶する。



【目標】感謝して食べよう

令和5年度

所沢市立明峰小学校

日	曜日	献立名	(黄) 主にエネルギーのもとになる食品	(赤) 主に体を作るもとになる食品	(緑) 主に体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー kcal	たん白質 g
10	水	七草・鏡開き献立 ななくさうどん	牛乳	イカのでんぷら しらたまぜんざい こうはくなます	うどん こむぎこ あぶら さとう しらたまだんご つぶあん こめこ	584	25.9
11	木	ごはん	牛乳	シーフードカレーライス ブロッコリーサラダ ヨーグルト	こめ むぎ はちみつ こむぎこ あぶら バター さとう	663	28.7
12	金	ごはん	牛乳	みそカツ はくさいのおかかあえ おふのすましじる	こめ こむぎこ パンこ あぶら さとう かたくりこ ふ	655	28.2
15	月	ごはん	牛乳	アジのあおのりフライ ほうれんそうのごまみそあえ せんべいじる	こめ ごま さとう こむぎこ パンこ あぶら なんぶせんべい	624	26.2
16	火	ツイストパン	牛乳	マカロニグラタン キャベツのサラダ こまつなとベーコンのスープ	パン マカロニ さとう こむぎこ バター パンこ むぎ あぶら	648	24.8
17	水	ちゅうかめん	牛乳	みそラーメン タコやきポテト かぶときゅうりのあまずあえ	ちゅうかめん あぶら さとう じゃがいも かたくりこ	614	24.0
18	木	ゆかり ごはん	牛乳	ブリだいこん こまつなのごまじゃこあえ はくさいのみそしる	こめ さとう ごま 牛乳 ちりめんじゃこ ブリ あぶらあげ みそ とうふ	623	26.5
19	金	ウインナー ピラフ 給食週間	牛乳	フライドチキン コーンマヨサラダ さといものコンソメスープ	こめ むぎ バター さとう かたくりこ マヨネーズ こむぎこ さといも あぶら	563	19.1
22	月	ごはん	牛乳	エビとイカのチリソース チャプチェ ちゅうかコーンスープ	こめ かたくりこ あぶら さとう はるさめ ごま	637	27.1
23	火	スパゲッティ	牛乳	とうにゅうクリームスパゲッティ カリポリサラダ ほうじちゃプリン	スパゲッティ あぶら さとう ほうじちゃプリン さとう	655	24.6
24	水	こどもパン スライス	牛乳	セレクト (ホキフライorチキンカツ) ポテトサラダ はくさいのコンソメスープ	パン こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ マカロニ	657	28.6
25	木	ごはん	牛乳	ぶたどん すのもの りんごゼリー	こめ さとう かたくりこ あぶら ごま ゼリー	589	24.4
26	金	さやまちゃ ごはん コーヒーミルク りんごジュース さやまちゃ	牛乳	さつまいもコロケ むらくもじる いりどり	こめ さつまいもコロケ あぶら さとう かたくりこ	676	23.4
29	月	ココア あげパン	セレクト	ツナマカロニサラダ ビーフシチュー	パン あぶら ココア じゃがいも マカロニ こむぎこ バター さとう	694	22.0
30	火	ごはん	牛乳	メヌケのさいきょうやき ほうれんそうのうめじょうゆあえ なまあげのうまに	こめ あぶら さとう かたくりこ	569	26.2
31	水	ごはん	牛乳	ブルコギどん はくさいとたまごのちゅうかスープ いちご	こめ あぶら さとう かたくりこ	625	27.6
平均						630	25.5

☆ 材料入荷の都合により献立が変更になることがあります。予めご了承ください。

☆ 給食セット(はし・マスク・ナプキン)は毎日持たせてください。

学校・家庭・地域で広げよう！ 食の「輪」

日時：令和6年

学校給食展

2月2日(金) 2月3日(土)

会場：松井まちづくりセンター

毎年人気の給食展！
今年もご来場お待ちし
ています！

2日(金)10時～17時 ・ 3日(土) 9時～16時

- ・ 児童生徒の作品 ・ 学校給食の歴史 ・ 給食で使用する器具の展示
- ・ 給食センター、学校おすすめ献立 ・ 大釜のかき混ぜ体験
- ・ クイズラリー（クイズに正解すると景品プレゼント！）など

