



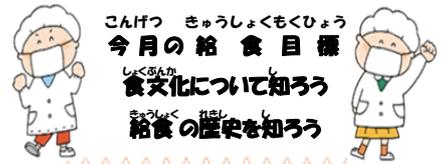
# 給食だより

令和5年1月号

千代田町学校給食センター

おうちのひととよんでね  
毎月19日は「いただきますの日」

新しい年が始まりますね。2023年も皆さんが元気に毎日を過ごせるよう、おいしく楽しい給食を作っていきます。よろしくお願ひします。今月は中学生の考えてくれた献立や学校給食 週間にちなんで、郷土料理が給食に出ますよ。楽しみにしてくださいね。



今月の給食目標  
食文化について知ろう  
給食の歴史を知ろう



## 給食の歴史をしろう!!



1月24日からの一週間は「全国学校給食 週間」です。給食の歴史は、明治22年、山形県から始まりました。当時、学校にお弁当も持ってこれない児童に、おにぎり・焼き魚・漬物を出したのが最初の給食と言われています。第二次世界大戦後の日本は食料が不足したため、給食は中止となってしまいました。その後も食糧難が続き、子どもたちの栄養不足が心配されました。こうした状況を知った世界の国々から支援物資が届けられ、戦争で中断されていた給食が再開されたのです。このことを記念し、全国学校給食 週間ができました。

### 明治22年



日本で提供された初めての給食です。おにぎり、鮭の塩焼き、漬物です。みなさんには物足りない量かもしれません。

### 昭和13年ころ



戦後、給食が再開された頃のメニューです。コッパン・豚汁・みかんがこの日のメニューです。

### 昭和32年ころ



牛乳の代わりに脱脂粉乳と呼ばれるものを飲んでいました。麺も出せるようになりました。

### 現在



平成17年に食育基本法が制定され、給食は食べるだけのものではなく「生きた教材」として提供されるようになりました。

## 食文化についてしろう!!

今月の給食 目標は「食文化について知ろう」です。日本には、昔から食べられてきた伝統食や地域に伝わる郷土料理がたくさんあります。今月はこうした郷土料理をいくつか給食で出していきます。おいしく食べて日本に良さについて学んでもらえると嬉しいです。

### 秋田県:きいたんぼ汁

炊き立てのごはんをすり鉢にいれ、すりこぎで粘りが出るまでこね、棒に巻き付けてこんがり焼いたものをきいたんぼと言います。

### 長崎県:ちゃんぽん

「ちゃんぽん」には、混ぜ合わせるという意味があります。この料理は中国出身の料理人さんが安く栄養のある料理として作りました。

### 青森県:せんべい汁

せんべい汁につかう南部せんべいは米ではなく、小麦粉で作られています。せんべい汁専用のもの他に、ごまやピーナッツがはいったおやつ用のせんべいもあります。

### 長野県:山賊やき

鶏肉にんにく・しょうが・しょうゆなどで下味をつけて片栗粉をまぶして揚げたもの。「焼き」という名前ですが揚げ物です。



## 中学校2年生献立紹介

1月より、中学2年生が家庭科の授業で考えてくれた献立を給食で提供していきます。栄養のバランスはもちろん、スポーツをするために大切な栄養素や献立の彩り、味付けや調理工程など、様々なことに配慮しながら献立をつくりました。ここでは、今回選ばれた二人が、献立作成にあたりどんなことに気をつけたのかをご紹介します。

### 2年1組 小林悠人さん

1月に出される給食なのでお雑煮風にしました。本当はお餅を使いたかったけれどどんにしてみました。全ての栄養をバランスよくとれるようにしました。部活をがんばる人にもりもり食べてほしいです。ビタミンCをとってストレス防止になるよう、オレンジやキャベツを入れました。

### 2年2組 君島千尋さん

ケガを予防するために、たんぱく質やビタミンCを多く取り入れました。肉団子やオレンジを足したところがポイントです。