



給食だより

令和5年1月10日
中野区立武蔵台小学校
校長 若菜康史
栄養士 森田 真菜美

新しい年が始まりました。楽しい冬休みを過ごすことができましたでしょうか。今日から学校が始まりましたが、朝ご飯を食べてから登校できましたか？わたしたちは睡眠中もエネルギーを使っています。朝ご飯を抜いてしまうと、エネルギーが供給されず、活動する力がでてきません。朝からしっかり活動するためにも毎日必ず朝ご飯を食べましょう。

本年も給食室一同、心を込めて安全・安心でおいしい給食作りに努めてまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。



1月24日から30日は

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
全国学校給食週間

学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。

昔の学校給食について知ろう！

明治22(1889)年～

やまがたけんつるおかまち しょうがっこう ます
山形県鶴岡町の小学校で、貧しくて弁当も持てられない子のために、ご飯と魚や野菜を中心とした食事を提供したのが学校給食の始まり。その後、全国へと広がるが、戦争による食料難で中止される。

昭和22(1947)年～

せんご ララ きゅうさいこうにんだん
戦後、LARA（アジア救済公認団体）から寄贈された脱脂粉乳・缶詰・シチューの素などの物資を使い、学校給食が再開される。

昭和25(1950)年～

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る。

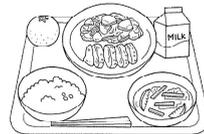
昭和38(1963)年～

ソフトめんが開発され、人気メニューに。翌年には牛乳の本格供給が始まり、脱脂粉乳から牛乳へと切り替えが進む。

昭和51(1976)年～

米飯給食が正式に始まり、カレーライスや炊き込みご飯、ピラフなどが登場し、メニューの幅が広がっていく。

こんだてしょうかい 1月の献立紹介



11日(水) 鏡開きの行事食

1月11日は鏡開きです。鏡開きとは、お正月の間、年神様にお供えしていた鏡餅を食べる日本の伝統的な習わしです。「切る」という言葉は縁起がよくないため、とんかちなどでだいて「開く」と言います。鏡開きにちなみ、油揚げの中にお餅を入れて甘辛く煮た餅巾着を作り、うどんに添えます。

19日(木) 郷土料理 静岡県

静岡のおでんには、だいこんや卵などのほかに黒いはんぺんが入っていて、青のりや魚のだし粉をかけて食べます。

◆◆全国学校給食週間◆◆



日本で初めての給食から現在まで、学校給食の歴史をたどります。おうちの方が子どもの頃に食べた給食や好きだったメニューを話題にしてみると面白いかもしれません。

24日(火) はじめての給食

学校給食の始まりは明治22年。実際の献立は、おにぎり、焼き鮭、漬物だけでしたが、栄養価を補うために豚汁をつけています。その後、戦争で給食が出せなかった時期を経て、昭和21年12月24日に給食が再開され、冬休みと重ならないよう1ヶ月後の1月24日から30日を全国学校給食週間としました。

25日(水) 昭和25年ごろの給食

戦争が終わり、給食支援物資として小麦粉が届いたことから、主食は毎日パンでした。

26日(木) 昭和38年ごろの給食

うどんとスパゲティの中間のような「ソフト麺」が人気メニューでした。袋に入った麺を自分でお皿に出して、ミートソースに絡めて食べます。

27日(金) 郷土料理 東京都

現在の給食は、日本の伝統的な和食を子どもたちに受け継いでいく役割も担っています。今月2回目の郷土料理は、東京都江東区が発祥の、あさりが入った深川飯です。

30日(月) 世界の料理 フランス

コック・オ・ヴァンは、鶏肉の赤ワイン煮込みです。給食では本場のものよりもワインは控えめに、ケチャップなどを加えて食べやすくアレンジします。