



きゅうしょくだより

令和6年度1月号
秋田市立広面小学校



1月の給食目標「食後は静かに休もう」

新しい年を迎えました。冬休みはいい思い出ができましたか？寒さが一段と厳しくなりますが、よく食べ、体を動かして元気にすごしましょう。さて、1月24日から30日までは「全国学校給食週間」です。いつも食べている食事に目を向けて、給食の役割について考えてみましょう。

全国学校給食週間

明治22年に始まった給食は、戦争中に一時中断していましたが、米国の民間団体などからの援助物資を受けて、昭和21年12月24日に東京、神奈川、千葉で再開されました。この日を記念して「学校給食感謝の日」と定められましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日から30日を「全国学校給食週間」とし、給食の意義や関心を深める週間となりました。

学校給食の献立の移りかわり

※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。



明治22年
おにぎり・塩さけ・漬物



昭和22年
ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー



昭和25年
コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロッケ・せんキヤベツ・マーガリン



昭和40年
ソフトメンのカレーあんかけ・牛乳・甘酢あえ・果物(黄桃)・チーズ



昭和52年
カレーライス・牛乳・塩もみ・果物(バナナ)・スープ

給食が始まったのはいつから？

日本の学校給食は、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校において、明治22年に無償で始まったとされています。その目的は、貧困児を救うためのものでした。

給食に牛乳が出るのはどうして？

成長期に骨量を高めることは、骨づくりや骨粗しょう症予防のために重要です。牛乳はカルシウムを豊富に含み、吸収率も優れているため給食に出されているのです。

脱脂粉乳って何？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、アメリカなどからの脱脂粉乳などの援助物資を受けて再開することができました。



好きな献立や給食時間の印象深い出来事など、給食の思い出を家族みんなで話してみましょう。今の給食と昔の給食の違うところ、同じところなどを知ることができるかもしれません。

あけましておめでとう
ございます



新しい1年がスタートしました。正月に食べるおせち料理や雑煮などの行事食は、昔か食べ継がれており、家庭や住んでいる地域によっていろいろな違いがあります。

周りの友だちや先生と話して違いをくらべてみましょう。

給食献立紹介

七草汁

◇材料4人分◇

- 大根 ……100g
- 白菜 ……1~2枚
- 小松菜 ……1/4束
- かぶ ……1/2個
- せり ……1/4束
- 長ねぎ ……1/3本
- みつば ……1/2束



- 白みそ ……大さじ2
- みそ ……大さじ1
- かつお節 ……10g

◇作り方◇

- ①大根、かぶはいちょう切り、白菜は3cm幅、小松菜、せり、みつばは長さ2cm切り、長ねぎは小口切りにする。
- ②かつお節でだしを取り、大根を加え煮る。大根に火が通ったら白菜、かぶの順に加えて煮る。
- ③白みそとみそを合わせ、②へ入れる。
- ④小松菜、せり、長ねぎ、みつばを加え、ひと煮立ちさせて火を止める。

☆おすすめポイント☆

行事食の「七草がゆ」を給食用にアレンジした汁物です。ごちそう続きで疲れた胃を休め、不足しがちな栄養を補う目的もあるので、正月明けの朝食におすすめです。