

給食・食育だより



西宮市立高木小学校

1月の^{しょうがつりょうり}こんだてびょうから

◆お正月料理◆

あたら^ししい年が良^よい年になるように、「年神様^{としがみさま}」をおむかえするために、おせち料理^{りょうり}やお雑煮^{ぞうじ}をつくる風習^{ふうしゅう}があります。神様^{かみさま}と同じものを食べることで、力^{ちから}を分けてもらい、1年^{ねん}を元氣^{げんき}に過^すごすことができると考えられています。

おうちのひとといっしょに読みましょう。



13日(火) ちくぜんに

さまざまな材料^{ざいりょう}を鍋^{なべ}で一緒^{いっしょ}に煮しめていくことから、「家族^{かぞく}が仲良^{なかよ}く一緒^{いっしょ}に結ばれますように」という願^{ねが}いがこめられています。

22日(木) ぞうに

地域^{ちいき}によって味付け^{あじつ}やおもちの形^{かたち}など様々^{さまざま}ですが、給食^{きゅうしょく}では白玉もち^{しらたま}を使用し、すまし仕立^{しだて}てにしています。鶏肉^{とりにく}・かまぼこ・しいたけ・だいこん・ほうれんそう・金時^{きんとき}にんじん^{しん}を使用します。

◆地産地消◆

地域^{ちいき}で生産^{せいさん}した食料^{しょくざい}を地域^{ちいき}で消費^{しょうひ}する取り組み

にしのみや
西宮

13日(火) ごはん

こめ

めいしおかんない やまぐち ちく つく
名塩管内・山口地区で作られた
「きぬひかり」というお米です。

たからづか
宝塚

29日(木) すきやきふう

ふとねぎ

さむ 寒さであまみとやわらかさが増すので、緑
の部分までまるごと食べられます。

◆季節の果物◆

30日(木) ぽんかん



1月から2月が旬^{しゅん}のかんきつ類^{るい}です。
酸味^{さんみ}は少なく、甘み^{あま}が強いのが特徴^{とくちょう}です。
果肉^{かにく}を包む内皮^{ないひ}は柔らかいので
袋^{ふくろ}のまま食べられます。

◆世界の料理◆ ジョージア

21日(水) シュクメルリ



ジョージアという国の代表的な料理です。ジョージアの料理は、ヨーロッパとアジアの食文化が融合した料理で、チーズやハーブをよく使います。シュクメルリはたっぷりのにんとチーズを加えたクリームソースで鶏肉を煮込んだ料理で、給食では玉ねぎやさつまいもなどを加えて、具だくさんの煮込み料理にアレンジしています。

◆季節の野菜◆

だいこん

ほうれんそう

はくさい





1/24~1/30は
「全国学校給食週間」です

にほん がっ こう きゅうしょく

日本の学校給食のあゆみ

がっ こう きゅうしょく はじ

学校給食の始まり



おにぎり

や ざかな

焼き魚

つけもの

漬物

(明治22年ごろ)



明治22(1889)年、山形県の私立忠愛小学校で、
貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりと
されています。この学校はお寺の中にあり、お坊さん
たちが集めたお金や食べ物で食事を用意していました。



ごしき

五色ごはん

えいよう

栄養みそ汁

(大正12年ごろ)



大正12(1923)年には、子どもたちの栄養状態を改善する
ための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広
がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってし
まいました。

し えん ぶつ し

がっ こう きゅうしょく

さい かい

支援物資による学校給食の再開



ミルク

トマトシチュー

(昭和22年ごろ)



昭和21(1946)年12月24日にララ(ア
ジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈
を受けて、学校給食が再開されました。

12月24日を
「学校給食感謝の日」、
1月24日からの1週間は
「全国学校給食週間」と
することになりました。

コッペパン・ミルク

クジラの竜田揚げ

せん切りキャベツ

(昭和25~30年ごろ)



昔なつかしい給食



23日(金)

くじらのノルウェーふう

くじらのお肉は昔は安価に手に
入ったため、家庭や給食でよく
食べられていました。

30日(金)

きなこパン

今も昔も大人気な給食。パンを
油であげて、きなこことさとう、塩を
混ぜたものをまぶしてつくります。

ゆた ん だて ない よう

バラエティー豊かな献立内容に

ミートスパゲッティ

牛乳

フレンチサラダ

(昭和40~50年ごろ)



昭和29(1954)年に「学校給食法」が成立したことで、実施
体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられ
るようになりました。

カレーライス

牛乳・塩もみ

ゆで卵

(昭和51年ごろ)



主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯
(ご飯)が正式に導入されると、カレーライスや炊き
込みご飯などが登場し、献立内容が充実してい
きました。



学校給食は時代とともに変化していますが、いつの時代も、「子どもたちが飢えることなく、おいしく食
べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。現代では大人になっても自分自身
で考えて健康な食生活を続けることができるように、学校給食は教材の役割も担っています。