

1月 給食だより

R5年度 甲斐市立玉幡小学校 給食室

明けましておめでとうございます。冬休み中は、クリスマスや年越し、お正月などがあり、行事食を食べる機会が多かったのではないのでしょうか。正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。

さて、今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。給食時間を気持ちよく過ごせるように、今年の干支である「たつ（辰）」にちなみ、一人一人が給食の「たつ（達）」人を目指してみませんか。



1995年1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。このとき、炊き出しで「おむすび」がふるまわれ、被災した多くの人たちが助けられたことから、お米をはじめとする食料の大切さや、ボランティアの人びとの善意を忘れないために、「ごはんを食べよう国民運動推進協議会」によって2000年に定められた記念日です。

郷土のおにぎり・おむすび

おにぎりは、形や具材など多種多様で、手軽に食べられることも魅力です。その地域ならではの、郷土のおにぎりをご紹介します。

けんさん焼き (新潟県)

おにぎりに、しょうがみそや甘みそなどをめって焼いたもの。



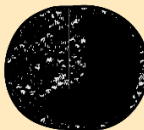
めはりずし (和歌山県)

高菜漬けで、大きなおにぎりをくるんだもの。



ばくだんおにぎり (島根県)

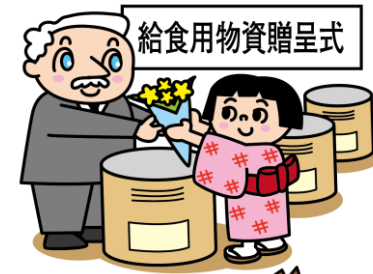
丸く大きく握ったおにぎりに、岩のりを巻いたもの。



1/24~1/30 全国学校給食週間 給食の歴史&献立の変遷



学校給食の起源は、明治22(1889年)にさかのぼります。山形県の大磐寺というお寺の中にあった小学校で、お弁当を持ってこられない子どもたちに、昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが、戦争による食料不足などの影響で中断されてしまいました。戦争が終わっても食料不足は続き、子どもたちの栄養状態が心配されたことから、学校給食の再開を求める声が高まりました。アメリカからのLARA(アジア救援公認団体)から送られた物資を使い、昭和22(1947)年1月に給食が再開しました。



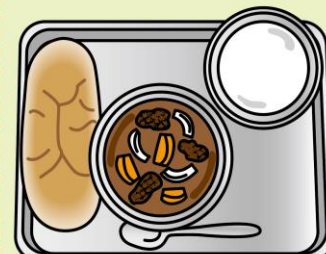
昭和22年ごろの給食



トマトシチュー・ミルク

脱脂粉乳や缶詰などの物資を使って給食が作られました。

昭和25年ごろの給食



コッパン・ミルク・カレーシチュー

アメリカから寄贈された小麦粉を使って、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まりました。

昭和40年代ごろの給食



ミートスパゲッティ・牛乳・フレンチサラダ・プリン

パンの種類が増え、めん類も提供されるようになりました。脱脂粉乳のミルクは牛乳へと切り替わりました。

昭和50年代ごろの給食



カレーライス・牛乳・塩もみ・バナナ

給食の主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯が正式に導入され、献立の内容も豊かになっていきました。

★子どもたちを取り巻く食環境が変化する中で、平成17(2005)年に「食育基本法」が成立。平成20(2008)年には、学校における食育の推進を図る観点から「学校給食法」が大幅に改正されました(2009年4月1日施行)。



時代の流れと共に変化を続ける「学校給食」ですが、いつの時代も、子どもたちを大切に思う気持ちが詰まっています。そんな思いを感じて、おいしくいただきます。

しょうがつ
お正月の
た 食べもの

こと ば
言葉パズル

した え しょうがつ かんけい た 絵の 名前 もじ け
下の絵は、お正月に関する食べものです。絵の名前の文字を消したあと、
のこ こと ば はい 名前 か
残った言葉をならべかえて、○○○○に入る名前を書きましょう。

け かた
消し方のルール

- タテは上から下へ ↓
- ヨコは左から右へ →
- ナナメは ↙ ↘ ↗ ↖ どの方向へも



例

お		く	
し	く		に
る		ら	
こ	た	こ	

しょうがつ
ヒント：お正月のあそび

○ ○ ○ ○

のりのつくだに

11月の給食で好評だった、手作りのりの佃煮のレシピです。余った海苔の活用にピッタリです。

【材料】 作りやすい分量

- ・のり 30g (板のり全形10枚分)
- (板のりでも刻みのりでも可。味付けのりは不可。)
- ・水 200g
- 醤油 30g (大さじ2)
- 砂糖 10g (小さじ2)
- みりん 10g (小さじ2)
- 酒 10g (小さじ2)
- 和風だし 5g (小さじ1)

【作り方】

- ① のりをちぎる。(煮ている間に溶けるのでだいたいOK)
- ② 鍋に、のりと水を入れ、のりと水がなじむまで弱火で煮る。
- ③ ●の調味料を入れ、15分程度弱火で煮る。
- ④ 清潔な保存容器に入れる。



クリスピーチキン

大人気のクリスマスメニューです。ザクザクの衣とパンチの効いた味付けが食欲をそそります。

【材料】 6人分

- ・鶏むね肉 300g (1枚)
- 酒 15g (大さじ1)
- 醤油 5g (小さじ1)
- おろしにんにく 5g (小さじ1)
- おろししょうが 5g (小さじ1)
- カレー粉 2g (小さじ1)
- チリパウダー 1g (小さじ1/2)
- バジル 1g (小さじ1/2)
- ブラックペッパー 1.5g (小さじ1/2)
- ・薄力粉 50g
- ・水 50g
- ・コーンフレーク(無糖) 50g
- ・揚げ油 適量

【作り方】

- ① 鶏むね肉は、6等分にそぎ切りにする。
- ② 鶏肉に、●の調味料で下味をつける。
- ③ コーンフレークは、手で砕き、細かくする。
- ④ 下味をつけた鶏肉に、薄力粉と水を混ぜたバター液をつけ、砕いたコーンフレークを全体にまぶす。
- ⑤ フライパンに油を入れ、170℃に熱し、ときどき裏返ししながら約5分揚げる。

