



# 食育通信1月号

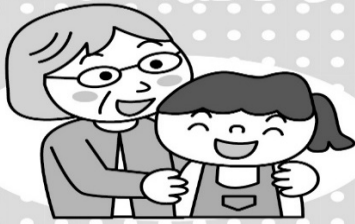
保護者向け資料

平北部学校給食共同調理場

## 1月24日～30日は全国学校給食週間です!

全国学校給食週間は、昭和25年度から始まった取り組みで、毎年、学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。学校給食は、貧しい子どもたちを飢えから救い、栄養状態を改善させるために始まりましたが、現在では役割が大きく変わり、子どもたちが食に関する正しい知識を身につけ、望ましい食習慣を実践する力を育むための「生きた教材」としての重要な役割を担っています。

### 昔の学校給食について知ろう!



#### 明治 22(1889)年～



山形県鶴岡町の小学校で、貧しくて弁当を持ってこ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～



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～



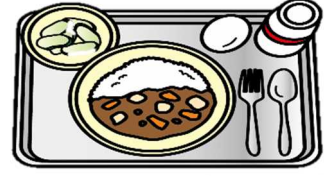
アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まる。

#### 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。

### ☆現在の学校給食☆ 《生きた教材となる給食づくり》



栄養バランスを良くすることはもちろん、地域の食文化に触れたり、感謝の心を育んだりできるよう工夫しています。

#### 地場産物を活用した献立

#### 行事食や郷土料理をとり入れた献立

☆いわき伝統野菜を使った給食 ☆「常盤もの」の魚食給食



さつま汁【おかごぼう 太白いも】  
じゅうねん和え【えごま】



市の魚:「目光」の唐揚げ



【じゃんがらの献立】  
なす汁 いんげんのごまよごし



福島県:みそかんづら

### 今月の給食メニュー紹介

## かつおごはん

常盤もののかつおで作ります♪



<材料 4人分>

かつお油漬フレーク	150g	酒	小さじ2
干しひじき	3g	さとう	小さじ2
ごぼう	40g	しょうゆ	大さじ1
にんじん	50g	みりん	小さじ2
むき枝豆	40g	水	小さじ2
しょうがみじん切り	小さじ1		

<作り方>

- 1 ごぼうは、薄い半月切りにし、水に浸してあく抜きをする。ひじきは、水で戻す。むき枝豆は、下ゆりする。
- 2 鍋にごぼう、しょうが、水切りしたひじきを入れ、その上にかつおを油ごと乗せ、調味料もすべて入れ、加熱する。煮立ったら、弱火で煮る。
- 3 ごぼうが柔らかくなったら、むき枝豆を入れる。
- 4 ごはんに混ぜて出来上がり!

\*調味料はお好みで調整してください。