

1月給食だより

R7.12.24

明後日から冬休みが始まります。今年も保谷小の給食運営にご理解を賜り、ありがとうございました。冬休みが始まると、あっという間に1月に突入します。「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期がきます。体調に気を付けて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。



うまのように野菜を
たっぷり食べよう！



箸を**うま**く使いこなして
きれいに食べよう！



よく味わって**うま**味
を感じよう！

お年玉はもちだった!?



子どもたちにとって、お正月の楽しみといえばお年玉。新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正月の「歳神様（年神様）」にお供えした「もち」を、歳神様からの贈り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



1月11日は鏡開き



鏡もちを小さく割ってお汁粉などに入れ、無病息災を願って食べる行事です。もちを小さくするのに、包丁など刃物を使うのは武士の「切腹」を連想させるため縁起が悪いとされ、木づちや手で割ります。





1/24~1/30 は
「全国学校給食週間」です

日本の学校給食のあゆみ



学校給食の始まり



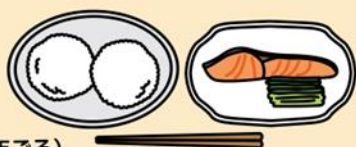
明治 22（1889）年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校は大督寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが家々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正 12（1923）年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなっていました。

おにぎり

焼き魚

漬物

（明治 22 年ごろ）



五色ごはん

栄養みそ汁

（大正 12 年ごろ）



★1 月 26 日の給食で再現します★



支援物資による学校給食の再開



戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和 21（1946）年 12 月 24 日に LARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受けて、翌 1 月に学校給食が再開されました。当初は 12 月 24 日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない 1 月 24 日からの 1 週間を「全国学校給食週間」とすることになりました。

ミルク

トマトシチュー

（昭和 22 年ごろ）



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）



★1 月 27 日の給食で再現します★



バラエティー豊かな献立内容に



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。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。

レインボールーム給食



12月は5年生がレインボールームに来てくれました。給食時間中には、当日の献立に合わせて「魚の漢字のおはなし」、3学期の家庭科で学習する内容を先取りして「だしのおはなし」を聞きました。



魚の漢字クイズに
たくさんの手があがった5年1組さん



おかわりハンバーグじゃんけん中の
5年2組さん



5年3組さんも
たくさんおかわりしてくれました♪

5年3組のある児童から「ほうとうの汁は全部飲んでも良いですか？」と質問を受け、「給食は、汁まで飲んでも体に負担がかからないように、栄養や塩分を考えて作っているから大丈夫です。」とお話しました。

ご家庭で、日ごろから食事や健康について話してくださっていることが伝わり、とても素敵だな、と思いました。

これからも、給食と家庭が一緒になって、子どもたちの食を支えていけたら幸いです。

でき えん
適塩



かせよほう
風邪予防



手洗い



うがい



食事



睡眠

しっかり風邪予防して、
素敵な冬休みを
過ごしてください♪

麻婆やきそば

12月10日の給食で提供しました。



【作り方】

- ① 熱した油ににんにく、しょうがを入れ、香りが立ってきたら肉を炒める。
- ② 肉を一度取り出し、同じフライパンで②を炒める。
- ③ ★を加え、煮立たせる。
- ④ ②の肉と、豆腐を加え、中火で2～3分煮る。
- ⑤ ひと煮立ちしたら、にらを加える。
- ⑥ 水溶き片栗粉を加え、とろみをつける。(餡の完成！)
- ⑦ 蒸し中華麺をごま油で炒める。
- ⑧ 麺の上に麻婆餡をかけて完成。



【材料（4人分）】

蒸し中華麺…560g
ごま油…小さじ1

豚ひき肉…100g
いため油…大さじ1
にんにく（みじん or チューブ）…2.5g
しょうが（みじん or チューブ）…2.5g
◎長ねぎ（粗みじん切り）…80g
◎にんじん（粗みじん切り）…40g
◎乾燥干し椎茸（粗みじん切り）…2g
↑ 事前に戻しておく

★豆板醤…1.2g（辛さをみて調整してください）
★酒…小さじ1
★砂糖…小さじ1
★しょうゆ…大さじ1
★赤みそ…20g
★鶏がらスープ…160ml

木綿豆腐（炒めながら崩す）…1丁

↑ 事前に水切りしておく

にら（2cm程）…25g

水溶き片栗粉…20ml

おむすびの日

た もの たいせつ
食べ物の大切さと、みんなで
ささ あ ころ まな ひ
支え合う心を学ぶ日にしましょう。

