

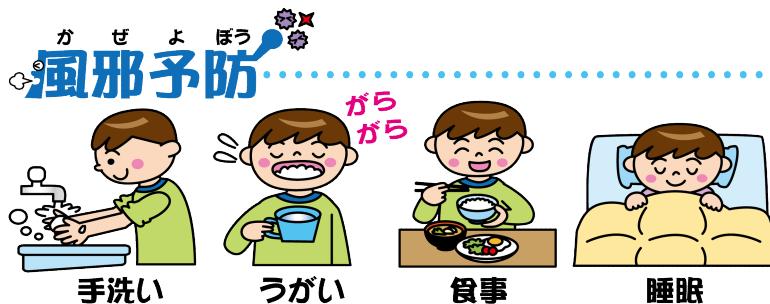
1月 給食だより



令和8年1月8日
西東京市立上向台小学校



冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往める二月逃げる三月去る」と言われてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理にはより一層気を付けて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。



◆今月の献立から◆

15日(木) 小正月 あづき

1月15日に行われる行事のことを「小正月」と言います。小正月に、小豆粥を食べる風習があり、小豆のように赤い色の食べ物は邪気を払うと考えられています。給食では小豆を煮て、お汁粉にします。

16日(金) 防災とボランティアの日 備蓄米（アルファ化米）

平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災を契機に制定されました。市では、災害時の非常用食糧として、アルファ化米を備蓄しています。防災教育の啓発活動として、学校給食用に提供されたアルファ化米を使用して、カレーライスを作ります。

21日(水) 下野谷遺跡 縄文風献立

東伏見にある下野谷遺跡には縄文時代の環状集落の史跡があります。給食では縄文時代から食べていた小豆・栗・鮭・きのこ・芋・山菜などを使ったごはんや汁物を作ります。

26日(月)～30日(金) 全国学校給食週間 明治から昭和の給食

戦後に学校給食が再開されたことを記念して、1月24～30日までの1週間を全国学校給食週間としています。期間中は明治から昭和時代の昔懐かしい給食が登場します。

◎26日(月)／玄米ごはん・塩さけ・漬物

明治22年山形県の私立忠愛小学校で、貧困児童を対象に出されたとされる、日本で最初の給食です。

◎27日(火)～29日(木)／コッペパン・シチュー・くじら・ソフトめん

米飯給食が始まる前は、コッペパンが定番で、めん類はソフトめんが食べられていました。また昭和45年頃まで、お肉の代わりのたんぱく源として「くじら肉」が給食で提供されていました。今回は、調査用に捕鯨したくじらを給食用に提供していただきましたので、食べやすいように竜田揚げにします。

◎30日(金)／豚肉の柳川風・ちゃんこ汁・東京牛乳（東京都の料理）

柳川風は、どじょうの代わりに豚肉を使い、ごぼうと合わせて卵でとじます。ちゃんこ鍋は、東京の両国にある相撲部屋で生まれ広がったと言われています。鶏がらでだしを取り、鶏肉と野菜が入った汁物を作ります。



1/24～1/30は
「全国学校給食週間」です

学校給食の始まり

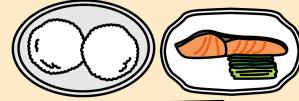
明治22年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。

おにぎり

焼き魚

漬物

(明治22年ごろ)



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。

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)



バラエティー豊かな献立内容に

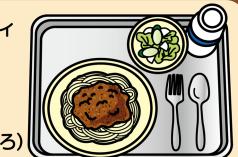
昭和29年に「学校給食法」が成立したことで、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンを中心でしたが、昭和51年に米飯が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実してきました。

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)



カレーライス

牛乳・塩もみ

ゆで卵

(昭和51年ごろ)



今月の地場農産物

【田倉農園】大根

