

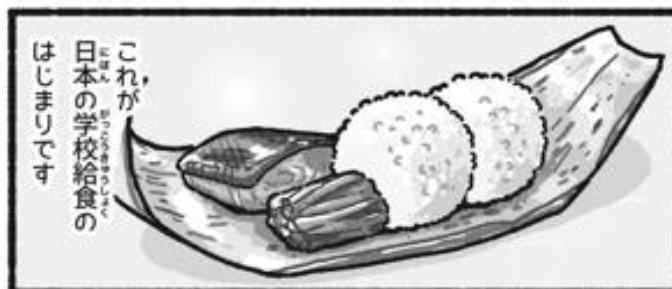
# 1月 給食だより

令和5年1月10日

西東京市立柳沢中学校

新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。  
明日から給食が始まります。みなさんがいつも食べている給食はいつから始まったのか、  
学校給食の歴史を振り返ってみましょう。

## がっこう きゅうしょく 学校給食のはじまり



## 1月24日から30日は 全国学校給食週間

日本の学校給食は、山形県のお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。お坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜などを使って、困っている家庭の子どもたちに食事を用意しました。

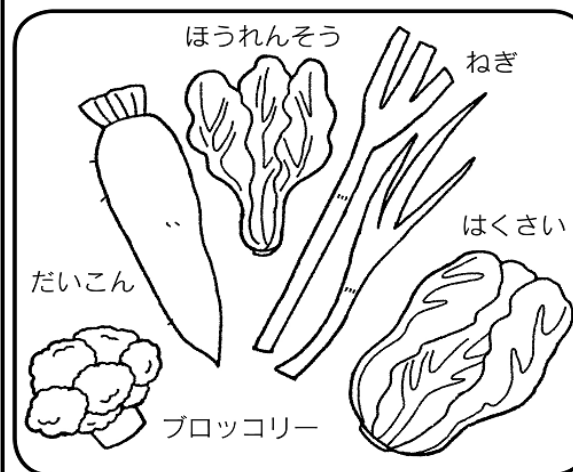
その後、学校給食は全国へ広まっていますが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。

戦後、子ども達の栄養状態が悪化したことから、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から給食物資の提供を受け学校給食が再開されました。当時の日本は食べ物がなくとても困っていたので、給食が子どもたちの貴重な食事の機会となりました。

時代の移り変わりとともに、私たちの食生活は大きく変化しました。現在、学校給食は教育活動として実施されています。毎日あたりまえのように食べている給食ですが、給食の歴史を振り返ってみると、食べることが困難な時代があったことがわかります。元気に学び、運動できる毎日は、食事によって支えられていることを忘れないようにしたいですね。

## 今月の給食目標 旬の野菜を食べよう

### 冬においしい 野菜を食べよう



配膳しているときに、サラダなどの野菜類を受け取りたくないような人がいるのを時々見かけます。

野菜が嫌いだった人でも、成長するにつれて味覚が変わり、あるとき「おいしいな」と感じる場合があります。「子どもの頃に嫌いだった野菜が、今では大好き。」という大人はたくさんいます。ぜひ一口だけでも食べてみてください。

寒い時期の野菜は、野菜自身が凍らないように糖度を増やすため、甘みが増して美味しくなります。体の調子をととのえる野菜を食べて、冬を元気に過ごしましょう。

## 2学期の給食で使用した主な食材の産地

食材	産地	食材	産地	食材	産地
米	岩手	ごぼう	青森	りんご	青森・長野
鮭	北海道	玉ねぎ	北海道	柿	和歌山
モウカサメ	宮城	長ねぎ	青森・千葉	ぶどう	長野
サバ	千葉	かぼちゃ	茨城	パイナップル	沖縄
ぶり	長崎	れんこん	茨城	オレンジ	愛媛
いわし	千葉	さつまいも	千葉	みかん	愛媛
かつお	静岡	ピーマン	茨城	かぶ	西東京市
ムロアジ	東京	赤ピーマン	山梨	にんじん	西東京市・千葉
わかさぎ	滋賀	黄ピーマン	北海道	ほうれん草	西東京市・埼玉
たらこ	北海道	白菜	茨城・長野	大根	西東京市・神奈川
イカ	ペルー	セロリ	千葉・静岡	キャベツ	西東京市・栃木
じゃが芋	北海道	きゅうり	埼玉	小松菜	西東京市・千葉