

1月給食たより

令和3年 1月 8日
 渋谷区立長谷戸小学校
 校長 佐藤 公信

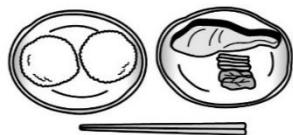
「全国学校給食週間」は、戦後にアメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。当時の代表的な献立を一例に、学校給食の歴史をご紹介します。

長谷戸小学校でも、栄養価に考慮しながらできる限り昔の給食を再現します。

1月24日から1月30日は、全国学校給食週間です。
学校給食の歴史を振り返ってみましょう!



明治22年(1889年)



〔おにぎり、焼き魚、漬物〕

山形県の私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこれない子どものために食事を提供したのが、日本の学校給食の始まりとされる。

大正12年(1923年)



〔五色ごはん、栄養みそ汁〕

9月1日に関東大震災が発生。義援金により給食が実施され、学校給食の価値が広く認められるようになる。

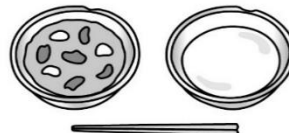
昭和17年(1942年)



〔すいとんのみそ汁〕

昭和16年に太平洋戦争が始まると、食料が不足し、全国的に給食が中止され始める。昭和19年に6大都市の小学生に特別配給物資による学校給食が実施される。

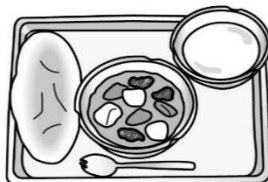
昭和22年(1947年)



〔ミルク(脱脂粉乳)、トマトシチュー〕

昭和20年に戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するため、この年から支援物資による学校給食が全国で開始される。

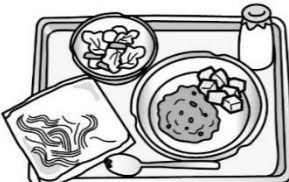
昭和25年(1950年)



〔コッペパン、ミルク(脱脂粉乳)、カレーシチュー〕

アメリカから寄贈された小麦粉で8大都市の小学生に「パン・ミルク・おかず」の完全給食が実施される。

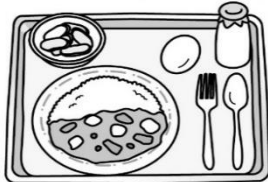
昭和40年(1965年)



〔ソフトめんミートソース、牛乳、フレンチサラダ〕

昭和38年に「ソフトめん」が登場。また、昭和39～43年ごろにかけて、脱脂粉乳から牛乳へと切り替わる。

昭和51年(1976年)



〔カレーライス、牛乳、塩もみ、ゆで卵〕

米飯(ご飯)が正式に導入される。当初は炊飯するための設備が整わず、おかずを作る釜でご飯を炊く施設が多かった。

そして、現在は…

子どもたちの食習慣の乱れ、偏った食事による肥満や生活習慣病の増加が心配されることから、学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために、さまざまなことを学ぶ「生きた教材」としての役割を担っています。

【食後の時間を工夫して過ごそう ~ 今月の給食目標 ~】

★早く食べ終わっても時間になるまでは、席に座っていきましょう。
食べた後は胃ががんばって働いています。

【食べ物の消化と吸収について知ろう ~ 今月の栄養目標 ~】

★体内のトンネルを通りながら、食べ物が小さくなってからだの中へ入り、丈夫な体をつくりま

~ 今月の献立よ! ~ オパラ給食

19日(火) スペイン

◆パエリア



スペイン東部バレンシア地方発祥の、スペインを代表する料理の一つです。野菜、魚介類、肉などの食材と一緒に米を炊き込む料理です。給食では、具を別で作り、炊けたご飯に混ぜます。

◆ソパ・デ・アホ

スペイン・カスティーリャ地方の家庭的なスープです。ソパは「スープ」、アホは「にんにく」という意味です。硬くなったパンを入れて食べる、パン粥のようなスープだそうです。給食では、パンの代わりにパン粉と卵を使います。

21日(木) レシピコンテスト最優秀賞

渋谷区健康づくりレシピコンテスト小学校部門で、4年生の柳 光さんが2年連続!! で最優秀賞を取りました。できる限り給食で再現します。お楽しみに!

第8回目レシピコンテストのテーマは、「栄養たっぷりバランスランチ」でした。丈夫なからだをつくるため、食事バランスの基本となる「主食・主菜・副菜」を組み合わせた料理を2品募集していました。柳 光さんが応募した2品をご紹介します★★

🍗 チキンときのこのフリカッセ、とうもろこしご飯ぞえ

😊 「大好きな鶏肉を、きのこを使ったソースで仕上げました。」
ブイヨンで炊き上げたとうもろこしご飯と、きのこがゴロゴロ入ったホワイトソースがおいしそうです!

🍷 ワカメを入れたスープペイザンヌ

😊 「たくさんの野菜とワカメを入れて栄養バランスを考えました。おいしく栄養たっぷりです。」

モッツアレラチーズやパルミジャーノを使っていたのですが、給食では粉チーズで代用したいと思います。

