

給食だより

1月
久御山町学校給食研究会



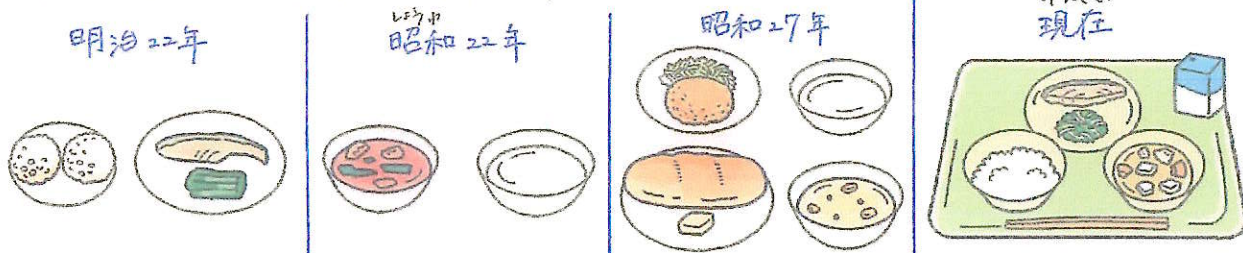
1月は全国学校給食週間です



全国学校給食週間は、学校給食についてもっと知ってもらい、さらに充実させたりすることのために定められました。

学校給食の歴史

明治22年(1889年)、山形県の忠愛小学校で貧しい子どもたちに無料で昼食を食わせてのが学校給食の始まりです。その後、さまざまな歴史を経て今に至りますが、どの時代も、子どもたちが健康に成長することを願って作られてきました。



一度は戦争により学校給食が中断してしまいましたが、アメリカの支援により再開しました。昭和21年12月24日に給食物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とし、のちに冬休みと重なるとはいかぬ1月24日～30日が「全国学校給食週間」となりました。

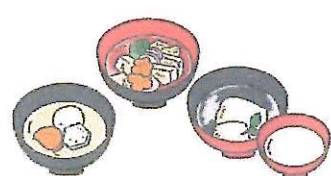
佐山小学校では
1月15日～1月19日
給食感謝週間です

学校給食が始まった当初は栄養補給が第一の目的でしたが、今では食事のマナーを身につける、地域の食材や郷土食を知るということも重要です。

給食感謝週間では、毎日の給食や家での食習慣を振り返り、食事と健康の関わりや栄養について学習します。学校給食や家庭での食事の両方を通して、食への興味や関心を高め、いろいろな知識を身につけてほしいと思います。



あじのあぢは どんなお雑煮ですか？



雑煮は、もともと年神様に供えてその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。また、味つけもすまし汁や醤油やみそ汁などさまざまです。

給食では、1月11日(木)に雑煮が登場します!!

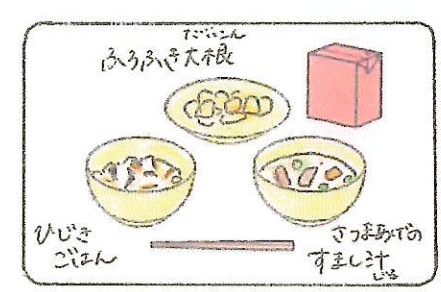
今年度は、かつおだしに白みそ(土佐産の京風雑煮)が特徴の京にんじんや京野菜の水菜を使用します。

あぢのお雑煮と比べながら、ちがいを味わっていただきたいと思います!

毎月19日は食育の日

毎月19日前後に減塩のコツを生かした適塩給食を実施しています。

1月に紹介する減塩のコツは、「素材の味を生かす」です。1月19日(金)に登場する「ふうふす大根」は、冬が旬の大根を少しの塩としょうゆ、みりん、大根そのものの味を生かすように煮込んでいきます。甘めに仕上げた白みそがアクセントで、味わっていただきたいと思います。



★レシピ(4人分)★
大根 1/2本、塩ひとつまみ、しょうゆ小さじ1、みりん 小じい1/2を汁皿に入れ、ひたひたの水でゆわらかくするまで煮る。白みそ大じい2、さとう小じい1、酒小じい2、みりん小じい1、和風だし小じい2つまみ、水小じい1を合わせて火にかけて煮詰め、大根にかけていただく。