

# 給食だより

1月  
久御山町学校給食研究会



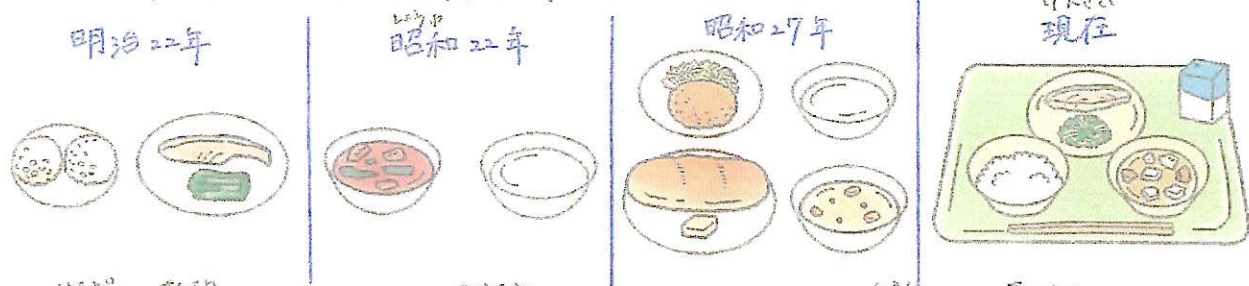
## 1月は全国学校給食週間です



全国学校給食週間は、学校給食についてもっと笑顔を、さらに充実させたりお役にたいていただく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べさせた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。



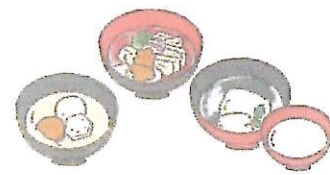
一度は戦争により学校給食が中断してしまいましたが、アメリカの支援により再開しました。昭和24年12月24日に給食物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とし、のちに冬休みと重なった1か月後の1月24日～30日が「全国学校給食週間」となりました。

小学校では  
1月22日～1月26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、地域の食文化や郷土食を知るといった役割もあります。給食感謝週間は、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。



### あけつきのあけちは どのお雑煮ですか？



給食では、1月11日(木)に雑煮が登場します!!

雑煮は、もともと年神様に供え、その土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はお先に角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。また、味つけもすまし汁仕立てやみそ仕立てなどさまざまです。

今年度は、かつおだしに白みそ仕立ての京風雑煮が登場します。具材には、あじやかな赤色が特徴の京にんじんや京野菜の水菜を使用します。

あけつきの雑煮と比べながら、ちがいを味わっていただくと思います!!

\*\*\* 毎月19日は食育の日 \*\*\*

毎月19日前後に、減塩のグッズを並べた適量給食を実施しています。

1月に紹介する減塩のグッズは、「素材の味を生かす」です。1月19日(金)に登場する「ふうふう大根」は、冬が旬の大根と少しの塩としょうゆ、みりんを、大根そのものの味を生かすように煮込んでいます。最初に仕上げに白みそのダシをかけて、味わっていただきます。

---

★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「はち」に入れ、ひたひたの水でゆわらかくはるまで煮る。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、和風だしを2つまみ、水 小じい1を合わせて火にかけて煮詰める。大根にかけていただきます。

