

給食だよい

1月

令和8年1月
豊島区立駒込小学校
校長 稲垣 昌弘
栄養士 大川原敬子

あけましておめでとうございます。今年もみなさまにとって、良い年になりますことをお祈りしております。寒さはこれから一段と厳しくなります。「ただいま」の後、「いただきます」の前には、せっけんを使ってしっかり手洗いをして、かぜやインフルエンザ、ノロウイルスの予防につとめましょう。朝は体が温まるように、しっかり朝ごはんを食べて登校しましょう。

★ 七草献立

1月7日は「七草の節句」といわれています。「君がため春の野に出でて若菜つむ我が衣手に雪はふりつつ」という百人一首に出てくる「若菜」は春の七草のことです。

七草を食べて不足しがちなビタミンをとって、かぜをひかないようにしようという行事です。

春の七草は「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」のことをいいます。7種類の若菜を入れたおかゆを食べて、1年間、病気をしないで健康にいられるように願います。給食では、8日に野菜たっぷりのうどんを食べました。

現在の名前でいうと、

せり(セリ)

なずな(ペんぺん草)

ごぎょう(ハハコグサ)

はこべら(ハコベ)

ほとけのざ(タビラコ)

すずな(カブ)

すずしろ(ダイコン)

★ リザーブ給食

昨年12月のリザーブ給食の結果は、
ポークバーベキュー丼は 約200人
チキンテリヤキ丼は 約360人でした。
みんなともおいしそうに食べていました。

★ リクエスト給食

3学期の給食で各学年のリクエスト給食がでます。2月、3月で行います。
さて、自分がリクエストした給食ができる楽しみですね。

★ 6年生がたてた献立の給食

11月、12月に6年生が家庭科の授業で1食分の献立を考える勉強をしました。その献立を頭の中で考えるだけではなく、実際に給食で食べてみた方がよくわかるかと思い、3学期の献立にとり入れることにしました。

がっこうきゅうしょく　れきし 学校給食の歴史

1月24日から30日までの1週間は全国学校給食週間です。そこで、本校では1月28日に「コッペパン、昭和風カレーシチュー、野菜サラダ」の献立にします。給食の歴史や意義について考え、農家の方々をはじめ、給食ができるまでに携わった方々にも感謝して給食をいただきましょう。

I いつからはじまったの？

明治22年、山形県忠愛小学校で、お弁当を持ってこられない児童に出された
食事が始まりといわれています。当時の献立は「おにぎり、焼き魚、漬物」でした。

II 給食が広まつたわけ

食糧不足による子供たちの栄養不足の状態を改善するため、昭和7年以降は国から
もお金が交付されるようになりました。学校給食は全国的に広がっていきました。

III 戦後、学校給食再開

第二次世界大戦後、日本の子供たちの飢えを救おうとアメリカから脱脂粉乳や小麦、
缶詰などが送られてきました。昭和21年12月24日、学校給食が実施され学校給食
の記念日となりました。

IV どうしてこの週になったの？

12月24日は冬休みになるため、1ヶ月遅らせた1月24日から30日までが学校給食
記念週間となりました。

| 戦後～昭和30年ごろ | | 現在 |
|---|-----|---|
| 脱脂粉乳 子供にも大人にも不人気でした。たまに ココア味がでました。 | 飲み物 | 牛乳 にゅうさんきんいんりょう 乳酸菌飲料やジュースがでること もあります。 |
| 主食はほとんどがコッペパン。今よりも 大きなパンでした。月に1～2回、ジャムや マーガリンがつくことがありました。 たまにでる揚げパンは人気でした。 | 主食 | 米飯給食 が多くなりパンの回数が 少になりました。うどん、ラーメン、 スパゲティの時もあります。 |
| 種類が少なく、和風の煮物やスープが多く 出ました。肉類はクジラ肉が安いので多く 使われました。 | おかず | 主食に合った組み合わせで、和風、 洋風、中華風など世界の国々の料理が できます。 |
| 回数が少なく果物もほとんどでませんでした。 | デザ | 季節の果物やゼリー、ケーキ、アイス クリームなどです。 |

給食に使用している食材の産地情報について

- ・給食で使用した主な食材の、産地情報を毎月の給食により掲載します。
- ・野菜類、いも類、果物類は使用頻度の高い種類、肉類、魚介類、卵は使用状況により、牛乳は豊島区教育委員会からの情報の更新により掲載します。
- ・市場で安全が確認されている食材は、被災地のものでも使用することがあります。

<12月の給食で使用した主な食材の産地> 12月1日～12月24日現在

| | | | |
|----------|-----------|-------------|---------------|
| ○人参（千葉） | ○玉ねぎ（北海道） | ○じゃがいも（北海道） | ○ごぼう（青森） |
| ○小松菜（東京） | ○キャベツ（愛知） | ○ミカン（和歌山） | ○サバ（ノルウェー） |
| ○鶏肉（青森） | ○豚肉（青森） | ※牛乳集乳エリア：千葉 | ※米（秋田産あきたこまち） |