

給食だより

令和8年1月8日
豊島区立富士見台小学校
校長 田中 良行

新しい年を迎える、いよいよ3学期が始まりました。この時季はインフルエンザや胃腸炎などがはやりやすいです。給食室では、調理員一人一人が、こまめなうがい、手洗いを行うだけでなく、日頃の食事にも注意して徹底した体調管理を行っています。今年も安心、安全でおいしい給食を提供するよう努めてまいりますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



1月の給食目標

はたらく人に感謝の気持ちをもちましょう

みんなのものとに給食がとどくまでに、たくさんの人がかわっています

●田んぼや畑、海や牧場で働く人



米や野菜を作ったり、魚をとったり、牛や豚、にわとりを育ててくれます。

●食べ物を運ぶ人



食べ物をとれた場所からみんなの町へ、また給食センターから学校まで運んでくれる運転手さん。

●お店の人



よい食材を選んで売ったり、注文に応じて朝、学校まで運んでくれます。

●給食をつくる人



献立を考える栄養教諭（学校栄養職員）の先生や、給食をつくる調理員さん。



●準備をする人



給食当番さん

☆給食レシピ紹介～ポテト入りオムレツ～☆

材料 <4人分>	作り方
玉ねぎ…60 g	①玉ねぎは0.8cm角、じゃがいもは1cm角に切り、レンジで加熱する。
じゃがいも…100 g	②卵は割り、よく混ぜておく。
塩…小さじ1/4	③①・②・塩・こしょう・牛乳を合わせよく混ぜる。
こしょう…少々	④油（分量外）をひいたフライパンで焼く、または、カップに入れて180°Cのオーブンで15分ほど焼く。
牛乳…大さじ2	
卵（Mサイズ）…4個	

☆1月24日～30日は全国学校給食週間です☆

「全国学校給食週間」は、学校給食の意義や役割について理解と関心を深め、学校給食のより一層の充実と発展を図ることを目的としています。富士見台小学校ではこの期間、「学校給食の歴史を知ろう」をテーマに献立を考えました。

～学校給食の歴史～

明治22年 弁当を持ってこられない児童のために、日本最初の給食（おにぎり・漬物・焼き魚）が提供された（山形県）。

昭和16年 戦争による食糧不足で、学校給食が中止された。

昭和22年 給食が再開された。昭和25年にアメリカから小麦粉が寄贈されパン給食が始まり、昭和27年には初めての完全給食（主食・ミルク・おかずがそろった給食）が実施された。

昭和29年 学校給食法が制定され、1日に必要な栄養素の約1/3がとれるよう、献立が考えられるようになった。

平成21年 学校給食法が改正され、食育が推進されるとともに、衛生管理基準や学校給食実施基準が策定された。

＜献立紹介＞

1月26日（月） 明治時代の 給食	＜ご飯・魚の塩こうじ焼き・おひたし・みそけんちん汁・牛乳＞ 日本で最初の給食（おにぎり・焼き魚・漬物）をイメージした献立です。現在の栄養基準を満たすため、漬物の代わりに青菜を使ったおひたしにし、具だくさんの汁ものを組み合わせました。
1月27日（火） 大正時代の 給食	＜五色ご飯・米粉のすいとん・しょうがじょうゆ和え・牛乳＞ 大正12年に発生した関東大震災により、栄養失調の子供が増えました。そこで栄養改善のための方法として国から給食が奨励されました。この時代の給食は、1つの料理で栄養をとれるようにするため、具だくさんになっています。
1月28日（水） 昭和時代の 給食①	＜コッペパン・いちごジャム・くじらのオーロラ煮・コールスローサラダ・野菜スープ・牛乳＞ 昭和20年代は、アメリカから寄贈された小麦粉を使ったパン給食が実施されていました。おかずには、安価で栄養価の高い「くじら」がよく使われていました。
1月29日（木） 昭和時代の 給食②	＜うどん・カレーチけ汁・ツナと野菜の華風和え・米粉の抹茶ケーキ・牛乳＞ 昭和40年頃に、麺類が給食に登場しました。この頃の麺は、「ソフト麺」というもので、袋に入っており、スパゲッティにもうどんにもなる麺でした。給食では、麺とつけ汁を別々の食器に盛り、当時と同じでつけ麺のように食べます。
1月30日（金） 平成～令和時代の 給食	＜タヴァッカルピラウ・クルファスリエ・ポテトとブロッコリーのサラダ・牛乳＞ 平成～令和の給食は、自らの健康を考えて食べる力の育成や様々な食文化の継承等、教材としての役割を担っています。各国の食文化を知るために、世界の料理としてトルコ料理を作ります。

12月の主な使用食材と産地

米	宮城県産「萌えみのり」「ひとめぼれ」など				
肉	鶏肉：宮崎	豚肉：青森・群馬・千葉	牛乳（集乳エリア）	千葉	
魚介類	鮭：北海道	たら：北海道	さわら：韓国	さば：ノルウェー	
豆腐（大豆）	茨城	卵	青森	こんにゃく	群馬
野菜・いも・きのこ・果物	にんじん：千葉	玉ねぎ：北海道	大根：群馬・東京	小松菜：東京	
	キャベツ：群馬・愛知	長ねぎ：茨城	白菜：群馬・茨城・長野	かぶ：新潟	
	じゃがいも：北海道	さといも：東京	しめじ：長野	まいたけ：新潟	
	りんご：長野	みかん：愛媛	ゆず：群馬	早香：熊本	