

平成27年度



あけましておめでとうございます。今年も安全で美味しい給食を提供できるよう給食室一同頑張っていきますのでよろしくお願いします。

「新春」とはいえ、寒さはこれから一段と厳しくなります。外から帰ってきたときや食事をする前には、石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。

## 全国学校給食週間

1月24日は「給食記念日」。24日からの1週間は「全国学校給食週間」となります。

学校給食は栄養バランスのとれた食事によって、子どもたちの心身の成長を支え、また「生きた教材」として、生涯にわたって健康で充実した生活を送るための自己管理能力を育てるなどの役割があります。

全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層充実をはかることを目的として定められました。

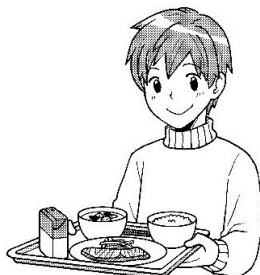
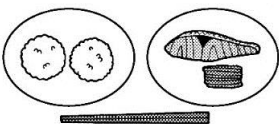
今年はこの給食週間に合わせて、世界の料理と東京産の食材を使った給食を出したいと思います。世界の料理を食べ、世界に興味をもつことや、改めて給食の意味を感じてもらえればと思います。

## 学校給食の始まり

明治22年に山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちを対象に無償で提供された給食が、日本で最初の学校給食だといわれています。当時の献立は、おにぎり、塩さけ、菜の漬物などが出されていたといわれています。

## 現在の学校給食

現在の学校給食は、成長期の子どもの健康増進に役立つ栄養バランスのとれた食事で、地場産物も多く取り入れています。また、食に関する正しい知識や食習慣を身につけられるほか、郷土料理や行事食などを取り入れ、食文化や伝統に対する理解を深め、食への関心を高めています。



## 保健給食委員の献立

### ☆保健給食委員より☆ 1月15日の献立

今の時期に旬のだいこんを使ったみそ汁を考えました。また、サラダにも旬のごぼうを使いました。そして果物はいちごにしました。

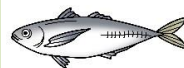
### ☆保健給食委員より☆ 1月18日の献立

寒い冬にあたたまる豚汁にしました。豚汁には、冬が旬のだいこんやごぼう、長ねぎを入れました。

## 東京産の食材

全国学校給食週間中の1月29日（金）に東京産の食材を使った給食が出ます。

### むろあじ



東京の海域では伊豆諸島から小笠原諸島に分布する魚で、8月1日から一斉に漁が始まります。伊豆諸島の名物である『クサヤ』は、このむろあじを塩汁に漬けて発酵させ、天日干しにして作られます。

### あしたば



セリやミツバの仲間、全ての伊豆諸島で栽培されている野菜です。別名『八丈草』とも呼ばれています。カルシウムやビタミンB1、B2、C、食物繊維がとても多く含まれています。

### こまつな



江戸時代に江戸川区小松川付近で作られており、八代将軍徳川吉宗が名づけたとされています。

### 糸寒天



伊豆諸島の海域で採られるテングサを天日乾燥させたものを使って作られています。

他にも、東京産のにんじん、小麦粉も使う予定です。

### ＜12月の食材の主な産地＞

- |               |                  |                  |
|---------------|------------------|------------------|
| ・えのき・・・長野     | ・しょうが・・・高知       | ・みかん・・・和歌山、静岡、愛媛 |
| ・エリンギ・・・長野    | ・だいこん・・・神奈川、千葉   | ・ラフランス・・・山形      |
| ・かぼちゃ・・・鹿児島   | ・たまねぎ・・・北海道      | ・りんご・・・山形、岩手     |
| ・キャベツ・・・愛知    | ・ながねぎ・・・茨城、青森、埼玉 | ・いか・・・青森         |
| ・きゅうり・・・埼玉、群馬 | ・にら・・・栃木         | ・さば・・・岩手         |
| ・こねぎ・・・高知     | ・にんじん・・・千葉       | ・たら・・・北海道        |
| ・ごぼう・・・埼玉     | ・にんにく・・・青森       | ・ぶり・・・長崎         |
| ・こまつな・・・群馬    | ・はくさい・・・茨城、群馬    | ・鶏肉・・・岩手、宮崎      |
| ・さといも・・・栃木    | ・ほうれんそう・・・茨城、山形  | ・豚肉・・・茨城、宮崎      |
| ・さやえんどう・・・鹿児島 | ・まいたけ・・・静岡       | ・たまご・・・青森        |
| ・しめじ・・・長野     | ・もやし・・・栃木        | ・米・・・山形          |
| ・じゃがいも・・・北海道  |                  |                  |

