

給食だより

2024

12月

三島市教育研究会
学校給食班

家の人と読んでください

12月の栄養目標 感謝して食べよう

来年の1月24日～30日は全国学校給食週間です。

みなさんの体と心の成長を支えている給食について考えてみましょう。

佐野小学校の給食週間は、インフルエンザなどの流行する時期をはずした12月16日から12月20日とします。

この行事は、第二次世界大戦後の物のない時代、ユニセフの救援物資によって日本の学校給食が再開されたことを記念して行われます。学校給食は大切な学校教育の一つとして始まり、子どもの食育が重要視されるようになった今では、バランスのとれた栄養摂取、食生活の手本となるような献立づくりはもちろん、食事を通じた人間形成、マナーの習得、地産地消による地域振興、食文化の伝承といった大きな役割も担っています。

いつも何気なく食べている給食ですが、みなさんの口に入るまでには、生産者の方をはじめさまざまな人々の協力があります。そんな人々に感謝の思いを届ける一週間にしましょう。



おにぎりから始まった学校給食

明治22年 (1889年)	昭和22年 (1947年)	昭和58年 (1983年)	現在 (2023年)
<ul style="list-style-type: none"> ・おにぎり ・塩さけ ・菜の漬物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミルク(脱脂粉乳) ・トマトシチュー 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・牛乳 ・ほうれんそうとたまごのグラタン ・えびのサラダ ・くだもの(みかん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・牛乳 ・豆腐のハンバーグ ・あえ物 ・みそ汁 ・くだもの(みかん)
<p>学校給食は、明治22年(1889年)に山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に、無償でおにぎりなどを提供したことが始まりです。</p>			

マーボーだいこん

〈材料 4人分〉

だいこん	400g
豚ひき肉	80g
古根	1かけ
にんにく	1かけ
たまねぎ	100g
にんじん	20g
干しいたけ	1枚
たけのこの水煮	30g
油	適量
水	150cc
マーボー豆腐の素	4人分
でんぷん	2g
水	適量
葉ねぎ	10g

〈作り方〉

- ① だいこんを1cm幅のちょう切りにして下ゆでをする。
- ② 古根とにんにくはみじん切りにする
- ③ 戻した干しいたけ、たまねぎ、にんじん、たけのこの水煮は粗みじんにする。
- ④ 鍋に油を入れ熱し、古根、にんにく、豚ひき肉を炒め、さらに③を加え炒める。
- ⑤ 野菜がしんなりしてきたら水を加えて煮る。
- ⑥ ⑤が煮えたら①とマーボー豆腐の素を加えて煮る。
- ⑦ ⑥の味が染みてきたら、少量の水で溶いたでんぷんを加えて、とろみをつける。
- ⑧ 最後に小口切にした葉ねぎを加える。

★牛乳屋さん

★パン屋さん

★肉屋さん

★給食を作ってくれる調理員さんたち

★魚屋さん

★八百屋さん

★卵屋さん

みんなに給食を配膳してくれる給食当番さん

給食の材料を運んでくれる人、そして給食を作ってくれる人