

# 1月 給食だより

さめがわむらがっこうきゅうしょく  
鯉川村学校 給食センター



## 冬の野菜は甘い!?

冬が旬の野菜は、寒さで凍らないよう、細胞に「糖」を蓄えるため、甘く感じます。また、雪がたくさん降る地域では、「越冬野菜」といって、秋に収穫する野菜をそのまま埋めておき、雪の中で保存する方法があります。寒さで野菜の甘味やうま味が増して、よりおいしくなるそうです。冬ならではの野菜の甘味、ぜひ味わってみてください。



うさぎのように野菜を  
モリモリ食べよう!

## ●みそ汁コンテスト最優秀賞作品!

### ★ 包丁いらす!! 豆乳味噌汁(手・まめ・館賞)

鯉川中 2年  
皇将貴くん



◎包丁を使わず、ハサミや手でちぎれる食材で…にんにくがGOOD!



①ごま油でひき肉を炒める。



②野菜などを煮て、みそ→豆乳→おろしにんにくで味を整える。



### ★ きのこたっぷり繊維たっぷりみそ汁(マルマン賞)

古殿中 2年  
鈴木理央さん

◎えのき、しめじ、まいたけ…ときのこたっぷり♪おいしさもUP!



①こんにゃく、里芋、豆腐などを切る。



②具材を煮て、みそを入れる。



ぜひ冬休みに、自分でみそ汁を作ってみよう!





1月24日～30日は  
全国学校給食週間です

# 学校給食について知ろう!

学校給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。このように、現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。

## 学校給食の始まり



学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。

明治 22 年ごろ	大正 12 年ごろ	昭和 17 年ごろ
おにぎり 塩ザケ 漬物	五色ごはん 栄養みそ汁	すいとんのみそ汁

## 支援物資による学校給食の再開

昭和 22 年ごろ	昭和 27 年ごろ
ミルク（脱脂粉乳） トマトシチュー	コッパン ミルク（脱脂粉乳） 鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム

戦争が終わり、アメリカからの支援物資で学校給食が再開。冬季休業と重ならない1月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

## 学校給食は教育活動に



昭和 40 年ごろ	昭和 51 年ごろ
ソフトめん ミートソース 牛乳 フライポテト 黄桃	カレーライス 牛乳 塩もみ ゆで卵

昭和29年に「学校給食法」ができて、学校給食は教育活動として実施されることに。それから時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。

★学校給食週間では、小学校の「リクエスト献立」や「給食の始まり」、和食のよさを見直す「日本型食生活のすすめ」、「まごはやさしい献立」を実施します！おたのしみにも！