

給食だより

平成24年1月11日
和泉中学校

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。

《1月の行事食》

11日(水) 七草汁
七草がゆ (1/7)

1月7日の朝に、七草がゆを食べる行事で、1年の邪気を払います。また年末年始のごちそうを食べて疲れた胃腸を休める役目もあったとされています。

『春の七草』

せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すすな・すすしろ

11日(水) 鏡開きあんもち
鏡開き (1/11)

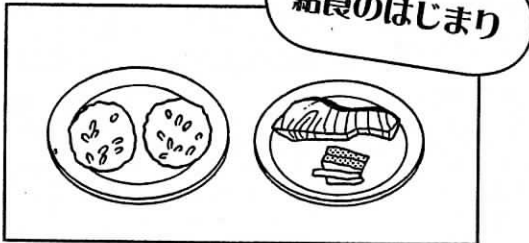
正月にお供えしていた鏡もちを下げて、おしるこやお雑煮にして食べ、1年の家族の健康と幸せを願う行事です。正月に供えたもちを木づちで砕いたり、割ったりするのですが、正月に「切る」「割る」という言葉は縁起が悪いので、「開く」という言葉を使って、鏡開きといわれています。

1月24～30日 全国学校給食週間

給食献立 今昔

明治22年

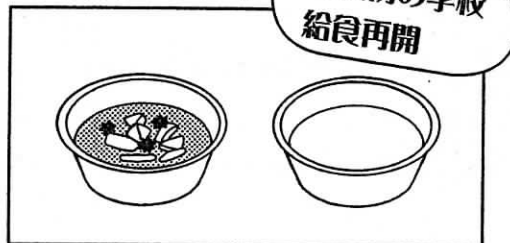
給食のはじまり



山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、貧困児童を対象に学校給食が実施されました。献立は「おにぎり、焼き魚、漬物」で、無料で実施されました。

昭和21年

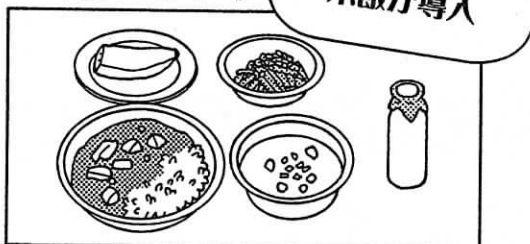
戦後初の学校給食再開



戦後の食料難の中、東京・神奈川・千葉県で試験的に給食が開始。翌年、ララ寄贈食料品により全国都市の児童約300万人に学校給食が実施されました。
※ララ…アメリカの慈善組織による海外援助事業、アジア救援公認団体(LARA)。

昭和51年

米飯が導入



それまでの学校給食の主食は、パンやめん類などが中心でした。この年の4月から正式に米飯が給食に導入されるようになりました。

近年の給食

学校給食を食に関する指導の教材として用いることがすすめられ、地場産物の活用の促進が図られています。また、それに合わせて各地の郷土料理や伝統料理が献立に積極的に導入されています。





日	曜日	献立名	牛乳	エネルギー Kcal	蛋白質 g	材料		
						血や肉になるもの (赤色)	熱や力になるもの (黄色)	体の調子を整えるもの (緑色)
11	水	豚肉とごぼうの炊き込みごはん ししゃものから揚げ 七草汁 鏡開きあんもち	○	820	26.3	豚肩肉 油揚げ 小豆 ししゃも 牛乳(さば節)	米 麦 白滝 砂糖 でんぶん 小麦粉 白玉粉 上新粉 三温糖 サラダ油	人参 せり なばな ごぼう 生姜 大根 かぶ 白菜 長葱
12	木	みそラーメン じゃがいももち キウイフルーツ	○	845	29.6	みそ 豚肩肉 青のり チーズ 牛乳 (豚骨・鶏骨)	蒸し中華めん でんぶん じゃがいも サラダ油 ごま油 炒りごま	人参 小松菜 生姜 にんにく 玉葱 長葱 もやし きくらげ キウイフルーツ
13	金	麦ごはん 白菜とえのきのみそ汁 エッグコロッケ 切干大根の炒め煮	○	905	27.7	大豆 豚挽き肉 卵 油揚げ さつま揚げ みそ 牛乳(煮干し)	米 麦 じゃがいも マッシュホト 小麦粉 パン粉 サラダ油	人参 大根の葉 玉葱 椎茸 切干大根 大根 白菜 えのき茸
16	月	麻婆ライス にらたまスープ みかん	○	849	35.9	豆腐 豚挽き肉 みそ 鶏肉 卵 牛乳(さば節)	米 麦 砂糖 でんぶん サラダ油 ごま油	人参 ビーマン にら にんにく 生姜 椎茸 長葱 玉葱 きくらげ みかん
17	火	麦ごはん 【国産食材の日】 ほっけの塩焼き どさんこ汁 じゃがいもの金平	○	817	30.8	しまほっけ 豚肉 みそ わかめ 牛乳(さば節)	米 麦 じゃがいも つきこんにやく 砂糖 ハター サラダ油	人参 南瓜 小松菜 大根 玉葱 ホルモン缶 長葱 生姜 ごぼう
18	水	シーフードピラフ チーズオムレツ ポタージュ りんご	○	869	35.2	むきえび あさり水煮 鶏挽き肉 チーズ 生クリーム 牛乳(鶏骨)	米 麦 でんぶん 砂糖 じゃがいも ハター サラダ油	人参 玉葱 マッシュルーム缶 ホルモン缶 りんご (セロリ)
19	木	麦ごはん 【国産食材の日】 のりあげくん 根菜汁 もやしと小松菜の辛子醤油和え	○	802	29.3	鶏挽き肉 卵 豆腐 みそ 焼きのり 牛乳(煮干し)	米 麦 じゃがいも 砂糖 でんぶん こんにやく サラダ油	人参 小松菜 れんこん ごぼう 大根 長葱 もやし
20	金	炒飯 花シューマイ 春雨スープ	○	832	33.9	むきえび 豚もも肉 卵 豚挽き肉 豆腐 おから 牛乳(鶏骨)	米 麦 砂糖 でんぶん シュマイの皮 春雨 サラダ油 ごま油	人参 小松菜 サイ グリーンピース 玉葱 長葱 生姜 きくらげ たけのこ
23	月	チキンカツサンド コーンシチュー りんご	○	864	34.4	鶏胸肉 卵 豚肉 脱脂粉乳 牛乳 (鶏骨)	丸パン 小麦粉 パン粉 じゃがいも サラダ油	人参 キャベツ にんにく 生姜 玉葱 クリーム缶 ホルモン缶 りんご(セロリ)
24	火	深川めし いかのサラサ揚げ 厚焼き卵 けんちん汁	○	800	35.8	油揚げ あさり水煮 いか 卵 豆腐 牛乳(さば節)	米 麦 砂糖 三温糖 小麦粉 でんぶん こんにやく じゃがいも サラダ油	人参 さやいんげん 小松菜 ごぼう 生姜 グリーンピース 大根 えのきたけ 長葱
25	水	わかめうどん いなり寿司 竹輪の二色揚げ	○	831	32.8	豚肩肉 油揚げ かまぼこ 焼き竹輪 卵 わかめ 青のり 牛乳(さば節・出し昆布)	うどん 米 麦 砂糖 小麦粉 炒りごま サラダ油	人参 小松菜 椎茸 長葱
26	木	カレーライス 何でも千切りサラダ フルーツポンチ	○	900	22.7	豚肉 チーズ ひじき 粉寒天 牛乳 (豚骨)	米 麦 じゃがいも 小麦粉 砂糖 サラダ油	人参 ホルモン缶 にんにく 生姜 セロリ 玉葱 りんご グリーンピース 大根 キャベツ きゅうり レモン みかん缶 パイナップル缶 もも缶
27	金	ししじゅうしい ホキのフリッター イナムドゥチ みかん	○	805	32.2	豚肩肉 卵 豚ばら肉 かまぼこ 生揚げ みそ 刻み昆布 牛乳(さば節・豚骨)	米 麦 小麦粉 こんにやく サラダ油 炒りごま	人参 小松菜 椎茸 大根 みかん
30	月	きなこ揚げパン 白菜と肉団子のスープ煮 ガーリックポテト りんご	○	769	27.4	きな粉 豚挽き肉 卵 牛乳(さば節)	コッパン 砂糖 でんぶん 春雨 じゃがいも サラダ油 ごま油 ハター	にら 人参 小松菜 白菜 長葱 生姜 もやし きくらげ りんご
31	火	キムチチャーハン 揚げぎょうざ わかめスープ	○	858	31.4	豚肩肉 豚挽き肉 むきえび 鶏肉 豆腐 わかめ 牛乳(鶏骨)	米 麦 焼き餅 でんぶん 餃子の皮 サラダ油 炒りごま ごま油	人参 ビーマン にら 小松菜 キムチ にんにく 生姜 キャベツ 長葱 たけのこ

※都合により献立が変わることがあります。

全国学校給食週間がはじまります

毎年1月24日～30日は全国学校給食週間です。これは、戦争により中断していた学校給食が、昭和21年12月24日に再開したことを記念してはじまりました(数年後には、冬休みの関係から1月24日からになりました)。現在は、学校給食の意義や役割について児童生徒や教職員、保護者のみなさまに理解と関心を高めることを目的としています。

