



給食たより



那賀町鷲敷学校給食センター



あけましておめでとうございます。



いよいよ今年度も残すところ3か月となりました。鷲敷学校給食センターでは今年もおいしく安心・安全な給食を作っていきますので、好き嫌いせず食べるようにしてくださいね。

1月24日から1月30日は、全国学校給食週間です。

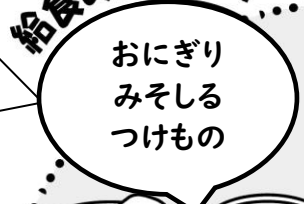


学校給食の歴史を振り返ってみましょう!



給食のはじまり ぶかしの給食

やまがたけん しょうがっこう
山形県の小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたちに出された食事が給食のはじまりだと言われています。



明治時代



昭和20年代

戦争で給食が中断されていましたが、戦争が終わり、子どもたちの栄養状態をよくするために、外国からのサポートで食べ物が送られ、全国で給食が再び始まりました。

いちぶ 一部では「パン・ミルク・おかず」がそろった給食が作られるようになりました。



昭和30年代



昭和40年代



昭和50年代

パンだけでなく、ごはんも給食で食べられるようになりました。

だっしふんにゅう きゅうにゅう か
脱脂粉乳が牛乳に変わりました。

給食はただ食べるだけでなく、食べ物についての正しい知識やマナーなど、色々なことを学ぶことができる「生きた教材」としての役割があります。



げんざい ~現在では~

なかちょう じばさんぶつしょうかい 那賀町の地場産物紹介

す ゆず酢



12月のゆずピールに続き、1月は「ゆず酢」を紹介しします。給食では海川工場加工されたゆず酢を使っています。海川工場では11月から12月の間に那賀町のゆずが集められ、ゆずの絞り作業をします。給食では「ゆず酢」を使った「かきませ」や「酢の物」が出ます。ゆずのさわやかな香りと酸味を味わってくださいね。

日	曜	献立名	食 品 名				カロリー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)
			主食・おかず・牛乳	赤の仲間 血や肉や骨になるもの	緑の仲間 からだの調子を整えるもの	黄の仲間 エネルギーになるもの			
11	火	牛乳 大豆ドライカレー ナムル	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず ひよこまめ えんどう レンズまめ あずき チーズ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ マッシュルーム トマト	こめ げんまい おしむぎ あかごめ たかきび もちむぎ あぶら カレールウ さとう	648	27.2	15.0	
12	水	牛乳 ごはん サバのしょうが煮 おひたし 雑煮	ぎゅうにゅう サバ かまぼこ みそ しろみそ	しょうが ほうれんそう キャベツ にんじん だいこん にんじん えのきだけ ねぎ	こめ さとう もち	698	30.0	19.4	
13	木	牛乳 和三盆糖揚げパン パンネのトマト煮 ツナサラダ	ぎゅうにゅう にくだんご ツナ	たまねぎ にんじん えだまめ ブロッコリー エリンギ トマト こまつな にんじん もやし	パン あぶら さとう わさんほんとう パンネ じゃがいも さとう イタリアンドレッシング	642	23.5	19.3	
14	金	牛乳 麦ごはん 鶏肉と厚揚げのみそ煮 昆布和え	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ちくわ みそ こんぶ	こんにやく にんじん いんげん しょうが キャベツ きゅうり にんじん	こめ おしむぎ あぶら さとう さとう	646	24.9	18.0	
17	月	牛乳 ごはん 高野豆腐の煮物 ごま和え	ぎゅうにゅう こうやどうふ とりにく ちくわ さつまあげ かまぼこ	たまねぎ にんじん いんげん ほししいたけ こまつな キャベツ	こめ さとう ごま さとう	666	31.7	19.0	
18	火	牛乳 コッパパン 冬野菜のシチュー れんこんサラダ	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにゅう ハム	かぶ たまねぎ にんじん はくさい ブロッコリー しめじ れんこん きゅうり とうもろこし	パン じゃがいも パター こむぎこ さとう かんきつドレッシング	621	24.8	23.8	
19	水	牛乳 麦ごはん すきやき ゆず酢和え	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく やきどうふ ちくわ	こんにやく にんじん はくさい ねぎ しいたけ ほうれんそう もやし にんじん ゆず	こめ おしむぎ ふ あぶら さとう さとう	623	25.1	16.2	
20	木	牛乳 ミニコッパパン ポトフ 大根サラダ ゆずピールケーキ	ぎゅうにゅう とりにく ツナ たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ キャベツ いんげん エリンギ にんじん だいこん きゅうり とうもろこし ゆずピール	パン じゃがいも あおじそドレッシング さとう なまクリーム パター ホットケーキミックス	640	24.0	25.4	
21	金	牛乳 ごはん サバのごま焼き 春雨の酢の物 すまし汁	ぎゅうにゅう サバ かにかまぼこ ちくわ とうふ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ こまつな	こめ ごま さとう はるさめ さとう	642	29.1	16.7	
1月24日～30日は「全国学校給食週間」です！									
24	月	牛乳 麦ごはん はんごろし ゆずみそおでん すだち酢和え	ぎゅうにゅう とりにく がんもどき みそ うずらたまご さつまあげ ちりめん ワカメ	こんにやく にんじん だいこん ゆず はくさい にんじん すだち	こめ おしむぎ はんごろし さといも さとう さとう	750	28.7	20.1	
25	火	牛乳 小型コッパパン 徳島ラーメン 野菜チップス	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご れんこん	もやし ねぎ れんこん	パン ちゅうかめん ごまあぶら さとう さつまいも あぶら	664	25.4	19.0	
26	水	牛乳 徳島ビビンバ わかめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく みそ たまご かにかまぼこ ワカメ	しいたけ れんこん しょうが にんにく にんじん もやし ほうれんそう うど ぜんまい たけのこ ふき わらび こまつな たまねぎ えのきだけ	こめ さとう ごまあぶら	652	27.4	19.1	
27	木	牛乳 コッパパン サワラフライ フリルアイスサラダ ABCスープ	ぎゅうにゅう サワラフライ ハム ウインナー	にんじん たまねぎ キャベツ いんげん	パン あぶら たまねぎドレッシング マカロニ おじゃがもちボール	644	26.6	18.2	
28	金	牛乳 ごはん ハモ魚醤の味付け海苔 でこまわし 小松菜の和え物 すまし汁	ぎゅうにゅう のり あつあげ みそ かにかまぼこ かまぼこ ワカメ	こんにやく しょうが こまつな もやし だいこん ほししいたけ たまねぎ	こめ じゃがいも さとう さとう	604	21.0	10.9	
31	月	牛乳 麦ごはん からあげ ブロッコリーのおかか和え みそ汁	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし どうふ みそ	しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー にんじん はくさい えのきだけ にんじん たまねぎ ねぎ	こめ おしむぎ かたくりこ あぶら さとう	694	28.7	21.6	