

1月給食たより

令和3年度
はごろも学校給食センター
TEL 897-8560
FAX 897-8561

あけましておめでとうございます。本年もおいしい給食を愛情こめてつくってまいりますので、よろしくお願いいたします。1月は、全国学校給食週間があります。これを機に身近な給食の役割について知り、考えましょう。

★今月の行事食・特別給食★

7日(木) 七草献立

正月にごちそうを食べすぎた胃を休めるため、この1年の健康を願って、七草がゆをいただきます。

12日(火) 鏡開き献立

鏡開きとは、正月にかざったかがみもちを下して、食べることです。健康を願って、この日にいただきます。給食には、お雑煮に、紅白もちが入っていますよ♪

25日(月)～29日(金) 学校給食週間献立

25日から29日までの5日間、沖縄の郷土料理や、島野菜がです。料理や野菜の名前を知って、おいしくいただいくださいね!

29日(金) 県産水産物献立

給食で、沖縄県の水産物を食べて水産業を応援しよう!というプロジェクトで沖縄県農林水産部さんからクルマエビを提供していただきました。クルマエビフライにする予定です。おいしくいただきますよ♪

★ 1月～3月はリクエスト給食が登場 ★

中学校3年生からもう一度食べたいリクエストメニューを募集しました!アンケートのご協力ありがとうございました。楽しみにしててくださいね♪

★今月の地場産物★

じばさんぶつ
地場産物って??

→地元(宜野湾市近郊、県内)でとれた食べ物のこと。新鮮でおいしいよ♪

- セロリ
- ねぎ
- トマト
- ピックリジャンボ
- きゅうり
- こまつな
- にら
- キャベツ

★1月の食育授業の取組★

▼12月8日(火) 実施
普天間第二小2年生(3～4校時)
「やさしいのいいところを見つけよう」

大山でとれたターウム

12月21日(月)の給食はトゥンジー・ジュシーでしたが、宜野湾市大山でとれたターウムを使用しました。農家の石川さんたちが、愛情こめて作ったターウムです。ターウムは収穫すると、すぐに傷んでしまうので、納品のときは、蒸したターウムを持ってきてくださいます。手間ひまかけた上等ターウムはジュシーとなっておいしく頂きましたね。2月6日「ターウムの日」には、また石川さんたちのターウムを使用する予定なので、感謝していただきますよ♪



大謝名小5年生考案みそ汁が給食に登場!!

栄養教諭 安慶名恭子先生が大謝名小5年生に食育授業を行いました。五大栄養素について学び、「五大栄養素を取り入れたみそ汁の実を考えると、個性あるすばらしいみそ汁がたくさんありました。その中で、いくつか給食に出したいと思います!みなさんもぜひ、お家で作ってみてくださいね♪

「スーパーウルトラ5-1のみそ汁」

《材料名》(5人分) 《作り方》

- とうふ 90g ①わかめは水でもどし、水気をきっておく。豆腐は1.5cm角に切る。
- 乾わかめ 1.5g ②じゃがいもとだいこんはいちょう切り
- だいこん 100g ③鍋に水1ℓを入れ、ふっとうしたらかつお節を入れ、再びふっとうしたら火を消す。
- じゃがいも 100g ④③に②を加えて、煮立たせる。
- 白ごま 1.5g ⑤④に①を加え、ふっとうしたら火を消す。
- 赤みそ 45g ⑥みそを溶かし入れ、火をつける。白ごまを加えて、ふっとうする直前で火を止める。
- 白みそ 30g ⑦汁わんによって完成!
- かつお節 20g

戦後の給食再開を記念して、1月24日から1週間、給食の役割や意義を考える

「全国学校給食週間」です!

知っているかな 学校給食の歴史

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。



脱脂粉乳って何?

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除去し、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどからの脱脂粉乳などの援助物資を受け、再開することができました。



→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→

明治22年	昭和22年	昭和25年	昭和40年	昭和52年
おにぎり・揚げ・菓の漬物	ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー	コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロック・せんきゃべツ・マーガリン	ソフトめんのカレー・あんかけ・牛乳・目録あえ・菓物(黄粉)・チーズ	カレーライス・牛乳・福もみ・菓物(バナナ)・スープ

※菓物の内容は、独立行政法人日本学生支援機構センターの規程に基づいて変更されています。