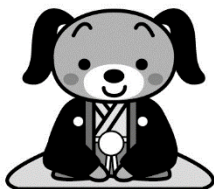




1がつ きゅうしょくだより

へいせい ねん がつ か
平成 30年 1月 9日
ぶんきょうくりつ し おみしょうがっこう
文京区立 汐見 小学校
こうちょう ながい まさみ
校長 永井 昌美
えいようし すぎき かなえ
栄養士 杉木 夏苗



あけましておめでとうございます

本年もよろしくお願ひ致します



あたらし いちねん しんがつき はし ふうやす ちゅう きそくただ せいかつ たの す
新しい一年、新学期が始まりました。冬休み中は規則正しい生活をして、楽しく過ごすことが
できましたか？

「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」というように、3学期は時間が過ぎるのが早く感じ
ます。風邪やインフルエンザなどが流行りやすい時期ですが、栄養バランスのよい食事を心がけ
て、元気に過ごしましょう。



しょうがつ かがみ まつ たんご せつく かしわ
正月の鏡もち、ひな祭りのひしもち、端午の節句の柏もちやちま
きなど、日本の行事食に「もち」や「もち菓子」は欠かせません。
かてい ぎょうじしよく つく た きかい へ
家庭で行事食を作って食べる機会は減っていますが、「もち」や「も
ち菓子」は手軽に買って食べることもできます。行事にちなんだ食
ぶん かい たいせつ う つ
文化を大切に受け継いでいきたいですね。

<p>そうに お雑煮 しょうがつ (正月)</p>	<p>かがみ はなびらもち しょうがつ (正月)</p>	<p>かがみ 鏡もち しょうがつ かがみびら (正月・鏡開き)</p>	<p>ひなまつり ひしもち (ひな祭り)</p>	<p>はる あき ひかん ぼたもち・おはぎ (春と秋の彼岸)</p>
<p>おも ひがしにほん かく 主に、東日本では角 もち、西日本では丸 もち、香川県ではあ ん入りの丸もちが つか 使われます。</p>	<p>さくら はなみ 桜もち、花見だんご さくらかいが (桜開花のころ)</p>	<p>かしわ 柏もち、ちまき たんご せつく (端午の節句)</p>	<p>つきみ 月見だんご じゅうご や じゅうさんや (十五夜・十三夜)</p>	<p>い こ 亥の子もち きゅうれき がつ (旧暦10月の はじ い ひ 初めの亥の日)</p>

1月11日は「鏡開き」です！！



「鏡開き」とは、お正月に飾っていた「鏡餅」を食べる風習です。鏡餅には、お正月の
間に神様の力が込められると考えられています。その鏡餅を、神様に感謝して食べることで、
新たに始まった一年を元気に過ごすことができるといわれています。

鏡餅はお汁粉にして食べることが多いです。1月11日の給食でも「お汁粉」をつくりま
す。お楽しみに。



1月 給食だより (保護者の皆様へ)




平成30年1月9日
文京区立汐見小学校
校長 永井 昌美
栄養士 杉木 夏苗

あけましておめでとうございます。冬休みが明け、新学期が始まりました。子供たちは充実した楽しい冬休みを過ごすことができたことと思います。冬本番を迎え、寒さが厳しい日々です。給食では引き続き栄養バランスの整ったおいしい食事を提供してまいります。本年もよろしくお願いたします。

1月24日から1月30日は、全国学校給食週間です。

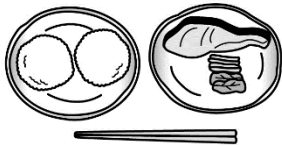
学校給食の歴史を振り返ってみましょう!



明治22年、山形県の小学校で始まったとされる学校給食。戦争によって中止されながらも、さまざまな歴史をたどり、現在まで続いています。「全国学校給食週間」は、戦後、アメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。当時の代表的な献立を一例に、学校給食の歴史をご紹介します。

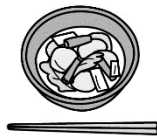
明治22年(1889年)

山形県の私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこられない子どものために食事を提供したのが、日本の学校給食の始まりとされる。



〔おにぎり、焼き魚、漬物〕

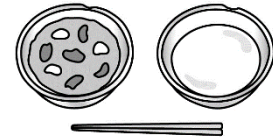
昭和17年(1942年)



〔すいとんのみそ汁〕

昭和16年に太平洋戦争が始まると、食料が不足し、全国的に給食が中止され始める。昭和19年に6大都市の小学生に特別配給物資による学校給食が実施される。

昭和22年(1947年)

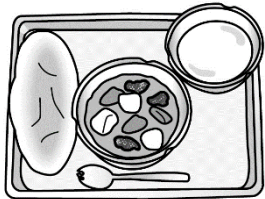


〔ミルク(脱脂粉乳)、トマトシチュー〕

昭和20年に戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するため、この年から支援物資による学校給食が全国で開始される。

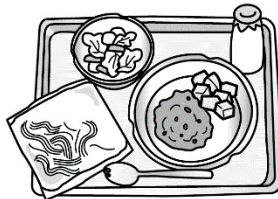
昭和25年(1950年)

アメリカから寄贈された小麦粉で8大都市の小学生に「パン・ミルク・おかず」の完全給食が実施される。



〔コッペパン、ミルク(脱脂粉乳)、カレーシチュー〕

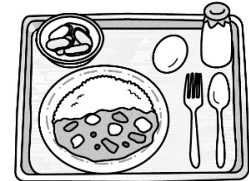
昭和40年(1965年)



〔ソフトめんミートソース、牛乳、フレンチサラダ〕

昭和38年に「ソフトめん」が登場。また、昭和39~43年ごろにかけて、脱脂粉乳から牛乳へと切り替わる。

昭和51年(1976年)



〔カレーライス、牛乳、塩もみ、ゆで卵〕

米飯(ご飯)が正式に導入される。当初は炊飯するための設備が整わず、おかずを作る釜でご飯を炊く施設が多かった。

現在は、子供たちの食習慣の乱れ、偏った食事による肥満や生活習慣病の増加が問題となっています。学校給食は食に対する正しい知識と、望ましい食習慣を身に付けるための「生きた教材」として考えられています。

給食レシピ紹介◆かぼちゃコロッケ◆

【材料】(4個分)

かぼちゃ	180g	薄力粉	40g
じゃがいも	120g	たまご	1個
サラダ油	大さじ1	パン粉	40g
鶏ひき肉	80g		
玉葱	80g		
塩	ひとつまみ(1.2g)	揚げ油	適量
こしょう	少々		

【作り方】

- ①かぼちゃとじゃがいもは蒸すか、電子レンジで加熱し皮を除いてつぶす。
 - ②油でひき肉、玉葱を炒めて塩・こしょうで調味する。
 - ③①と②を混ぜて4等分し、小判型に成形する。
 - ④衣をつけて、油で揚げる。
- ★おこのみでソースをかけてください。