



令和5年1月11日
文京区立本郷小学校
校長 溝畑 直樹
栄養教諭 竹村 礼奈

新しい一年が始まりました。今年も、安心、安全、おいしい給食提供のため、調理員と栄養教諭が協力して給食づくりに取り組みます。御協力、よろしくお願いいたします。

昭和29年 学校給食に関する法律の制定

学校給食は、子どもたちの体力向上だけでなく、教育としても考えられるようになり、「学校給食法」が制定されました。

昭和40年 ミルク(脱脂粉乳)から牛乳へ

ミルク(脱脂粉乳)から牛乳へと学校給食用飲料の切り替えが始まりました。



昭和51年 米中心の献立に

日本の主食である「ごはん給食」が始まりました。



現在 世界に誇れる学校給食

地場産物を使った特色ある給食や郷土料理等、献立の種類も増え、豊かな学校給食が行われています。



【調理師より

本郷小学校のみなさんへ一言】

本郷小学校では、学校給食週間期間中、調理師の好きな料理」をメニューに組み込みました。実施当日は、メニューにまつわる思い出や、児童へのメッセージも一緒に紹介する予定です。一部をこの食育・給食便りでも紹介します。

★給食をいっぱい食べて寒さに負けずに頑張ってください。

★本郷小学校の給食は「〇〇嫌い」を克服できる自慢の美味しい給食です！

★日頃、学校内で合う機会は少ないですが、顔を合わせた時に「おいしかったです！ありがとうございます！」と声をかけてくれて、とてもうれしく感じています。

★本郷小学校の給食は美味しかったと大人になってからも思い出してもらえるように、給食一同、これからもおいしい給食を作りたいと思います。

◎学校給食週間クイズ

- 日本で最初に学校給食が始まった県は？
①東京都 ②山形県 ③神奈川県
- 戦後、給食が再開された日はいつ？
①12月24日 ②1月1日 ③1月24日
- 戦後、救援物資として小麦粉を送った国は？
①アメリカ ②中国 ③イギリス

(クイズの答え) 1② 2① 3①

全国学校給食週間

1月24日～30日までの1週間は「全国学校給食週間」です。

＜学校給食の歴史＞



明治22年 学校給食のはじまり

山形県の忠愛小学校で経済的に恵まれない子どもたちにおにぎりや塩鮭、漬物等を昼食として出したことが、学校給食のはじまりといわれています。

昭和16年～昭和20年 戦争で給食の危機

戦争で学校給食を続けることが難しくなり、中止となりました。

昭和21年 戦後初の学校給食開始

12月24日、試験的に東京都、神奈川県、千葉県で戦後初めての学校給食がつけられました。これを記念し、冬休みが明けた1ヶ月後の1月24日からの1週間が学校給食週間とされました。

昭和25年 完全給食のはじまり

アメリカ合衆国から小麦粉が送られ、パン、ミルク(脱脂粉乳)、おかずの給食が行われました。

調理師さんおすすめのメニューを紹介します

★チャーハン用ごはん★

米	65.00	g
水	68.00	g
サラダ油	1.00	g
こいくちしょうゆ	2.00	g
酒	1.00	g

①米は調味料を加えて炊く。

★チャーハン用ご飯で①豚とツナの炒飯★

炒め油	0.50	g
にんにく（みじん切り）	0.80	g
豚ひき肉（酒 0.5g を振る）	20.00	g
ツナ（油漬け）	15.00	g
玉葱（みじん切り）	12.00	g
ねぎ（みじん切り）	5.00	g
うすくちしょうゆ	1.00	g
本みりん	0.50	g
塩・こしょう	少々	
白いりごま	2.00	g
パセリ（みじん切り）	1.00	g

①油でにんにくを炒め、香りが出たら豚挽肉～ねぎを加え炒め、調味する。

②チャーハン用ごはんをほぐして①とごま、パセリを混ぜ込む。

★チャーハン用ご飯で②ひじきチャーハン★

炒め油	0.50	g
にんにく（みじん切り）	1.00	g
豚肩ロース （1 cm角 酒 0.5g を振る）	12.00	g
干ひじき	0.70	g
こいくちしょうゆ	2.00	g
上白糖	3.50	g
本みりん	0.50	g
塩・こしょう	少々	
白いりごま	1.50	g
パセリ（みじん切り）	0.50	g

①油でニンニクを炒め、香りが出たら豚肉、ひじきを炒め、調味する。煮汁がなくなるまで煮る。

②チャーハン用ごはんをほぐして①とごま、パセリを混ぜ込む。

★ポテトのハニーサラダ★

食育・給食便り第4号に掲載しています。

★肉団子入り春雨スープ★

鶏ガラスープ	80.00	g
鶏ひき肉	20.00	g
豚ひき肉	20.00	g
しょうが（おろし）	0.30	g
玉葱（みじん切り）	10.00	g
でんぷん	4.00	g
こいくちしょうゆ	1.00	g
塩・こしょう	少々	
玉葱	30.00	g
にんじん（いちょう）	10.00	g
はくさい（短冊）	20.00	g
緑豆はるさめ	8.00	g
塩	0.65	g
こしょう混合	1.00	g
こいくちしょうゆ	1.00	g
酒	1.00	g
ねぎ（小口切り）	10.00	g
ごま油	0.30	g
しょうが汁	0.30	g

①A の材料をよくこねる。

②ガラスープに野菜を加えて煮、①を一つ一つ丸めて入れる。

③調味し、野菜がやわらかくなり肉団子に火が通るまで煮込む。

④ねぎ～しょうが汁を加える。

番外編 レシピリクエストのあったメニュー

紅はるかと米粉のケーキ

さつまいも（1 cm角）	10.00	g
米粉	12.00	g
ベーキングパウダー	0.40	g
●サラダ油	1.00	g
●グラニュー糖	4.00	g
●豆乳	14.00	g
●レモン果汁	1.00	g
●ホワイトラム（お好み）	0.10	g
●バニラエッセンス	0.01	g

①さつまいもは蒸しておく。

②●の材料をよく混ぜる。

③米粉とベーキングパウダーを加えて混ぜ、①を加える。

④カップに入れて20分程度蒸す。