

食育 給食だより 第9号

令和6年1月9日
文京区立本郷小学校
校長 杉本 謙
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、学校給食週間の取組を1月22日（月）～26日（金）に行うこととしました。期間中、調理師の思い出の料理をメニューに組み込みました。メニューにまつわる思い出や、児童へのメッセージを紹介する予定です。一部をこの食育・給食便りでも紹介します。

食器やおぼんを大事にきれいに使ってほしいです。

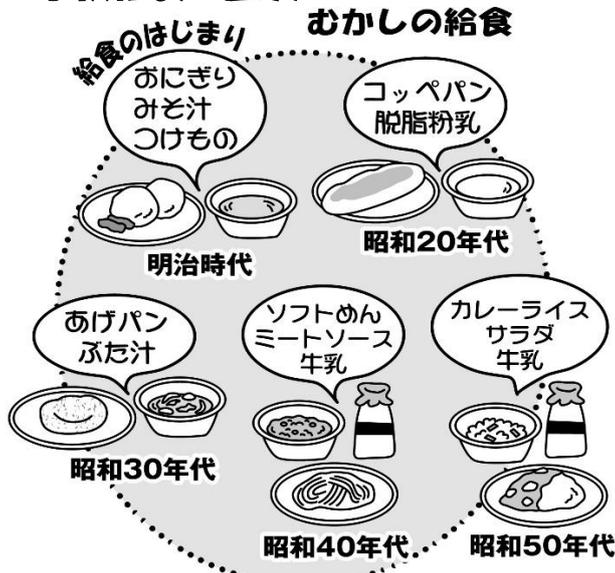
給食を残さず食べて、元気に学校生活を送って下さい。

これからも、みなさんにおいしい給食を頑張って作っていきます。

給食時間中にたくさんの楽しい思い出を作ってくれと嬉しいです！

大人になっても、記憶に残るおいしい給食を心をこめて作っていくので、たくさん食べて元気に過ごしてください。

＜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。

◎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

「調理師の思い出のメニュー」のレシピを紹介します！その①

※残りのメニューは、来月の食育・給食便りで紹介します。

※ご家庭で作りやすいように、分量を一部調整しているため、給食と異なる部分があります。

★キムチチャーハン★

●材料（4人分）

A	米	…	1.5合
	こいくちしょうゆ	…	小さじ1/2
	パプリカパウダー(あれば)	…	0.4g
	酒	…	小さじ1/2
	ラードまたはサラダ油	…	4.0g
	ラードまたはサラダ油	…	適量
	にんにく(みじん切り)	…	1かけ
	豚肉(こま)	…	70.0g
	酒(豚肉の下味)	…	少々
	ねぎ(みじん切り)	…	60.0g
	にんじん(みじん切り)	…	30.0g
	干ひじき(水で戻す)	…	2.0g
	白菜キムチ(ざく切り)	…	40.0g
	塩	…	適宜
	こしょう混合	…	適宜
	こいくちしょうゆ	…	小さじ1
	ごま油	…	少々

●作り方

- ①米をといで浸水しておく。
- ②①の水気を切り、Aを加えてから炊飯器の線まで水を入れて炊く。
- ②油でにんにくを炒め、香りが出たら豚肉～キムチを炒め、調味する。
- ③①が炊けたら②を混ぜ込む。

★きなこ揚げパン★

●材料（1個分）

	コッペパン	…	1個
	揚げ油	…	適量
A	きな粉	…	5.0g
	グラニュー糖	…	3.0g
	上白糖	…	3.0g
	塩	…	少々

●作り方

- ①揚げ油は170℃に熱し、パンを入れて転がすように3分ほど揚げる。
- ②Aは合わせてバットに入れておく。
- ③パンが膨らんできたら、揚げたパンを取り出して②に入れて転がし、表面にきなこ砂糖をまぶす。

★肉じゃが(しらたき入り)★

●材料（4人分）

	炒め油	…	適量
	豚肉(こま)	…	40.0g
	酒(豚肉の下味)	…	少々
	にんじん(いちょう)	…	60.0g
	干し椎茸(干切り)	…	2.0g
	玉葱(スライス)	…	240.0g
	じゃがいも(いちょう)	…	240.0g
	車麩(戻してカット)	…	12.0g
	しらたき(ざくざく)	…	30.0g
	だし汁	…	約1カップ
	上白糖	…	大さじ1
	こいくちしょうゆ	…	大さじ2
	塩	…	適量
	本みりん	…	小さじ1/2
	こまつな(2.5cm幅)	…	30.0g

●作り方

- ①にんじん、しらたき、こまつなは下茹でしておく。
 - ②油で豚肉～玉ねぎをよく炒める。
 - ③じゃがいも～しらたきも加え、調味料を入れて落し蓋をし、じゃがいもがやわらかくなるまで煮る。
- ※材料全体が煮汁に浸るよう、だし汁の量は調整してください。
- ④仕上げにこまつなを散らす。

~~~~~  
おまけ レシピリクエストのあったメニュー

## ★アップルサンド★

●材料（1個分）

|   |             |   |       |
|---|-------------|---|-------|
|   | コッペパン       | … | 1個    |
|   | バター         | … | 5.0g  |
| A | りんご(皮ごと干切り) | … | 15.0g |
|   | レモン(果汁、生)   | … | 少々    |
|   | グラニュー糖      | … | 8.0g  |
|   | シナモン        | … | 適宜    |

●作り方

- ①Aを混ぜておく。
- ②バターをやわらかくし、①と合わせる。
- ③コッペパンを横半分に切り、②をはさむ。
- ④トースターでパンが温まるまで焼く。