

1月 給食だより



藤沢市立俣野小学校

あけましておめでとうございます。1月24日～30日は全国学校給食週間です。

俣野小学校では1月23～27日を学校給食週間とし、和食の食材「まごわやさしい」を取り入れたメニューや、給食委員会による朝会を予定しています。

学校給食は、栄養バランスのとれた食事で成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。今年も給食室一丸となって、おいしく安全な給食づくりに努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

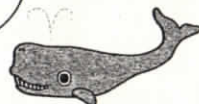
おにぎりから始まった学校給食

明治22年 (1889年)	昭和22年 (1947年)	昭和58年 (1983年)	現在 (2023年)
 <ul style="list-style-type: none"> おにぎり 塩さけ 菜の漬物 	 <ul style="list-style-type: none"> ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー 	 <ul style="list-style-type: none"> ツイストパン 牛乳 卵とほうれん そうのグラタン えびのサラダ くだもの(みかん) 	 <ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛乳 豆腐のハンバーグ あえ物 みそ汁 みかん

学校給食は、明治22年(1889年)に山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に、無償でおにぎりなどを提供したことが始まりです。



昔の給食には肉の代わりにくじらが出ていたんだって!



1月の献立より

給食風みそラーメン

材料	分量(4人分)	作り方
油	小さじ1/2	① にんにく・しょうが…みじん切り にんじん…せん切り たまねぎ…うす切り 長ねぎ…小口切り 豚肉は1口大に切る
豚もも肉	150g	
しょうが	1片	
しょうゆ	小さじ1強	
油	小さじ1/2	
にんにく	1片	
しょうが	1片	
にんじん	中1/3	② さやえんどうはゆでておく。
たまねぎ	中1/2	
ホールコーン	40g	③ 豚肉はしょうがとしょうゆで下味をつけ油で炒める。
もやし	80g	
さとう	小さじ1弱	④ 油でにんにく・しょうがを炒め、にんじん・たまねぎを加え、炒める。
みそ(赤)	大さじ2強	
みそ(白)	大さじ2強	⑤ ホールコーン・もやしを加えスープを入れる。
しょうゆ	小さじ1	
酒	小さじ1	⑥ 野菜に火が通ったら調味し、水溶き片栗粉でとろみをつける。
ながねぎ	1/2本	
片栗粉	大さじ1強	⑦ 豚肉・長ねぎ・さやえんどうを加え仕上げる。
さやえんどう	10枚	
スープ	700cc	☆学校ではスープはガラでとります。市販の場合は塩分を加減してください。 ☆麺はお好みに中華麺等をご用意ください。

野菜たっぷり
温めます!

卒業まであと3ヶ月!

♪中学校給食 お知らせコーナー♪ ～シリーズ1～

【中学校のお昼ごはんってどうなっているの?】

○中学校のお昼ごはんは、家から持っていくお弁当と、給食のどちらかを選ぶことができます。

○給食は一日単位で注文することができます。

給食のよいところ(2022年度中学生アンケートより)

- 1位 家からお弁当を持っていかなくてよい
- 2位 学校に持って行く荷物を減らせる
- 3位 栄養バランスがいい
- 4位 食べたい日を選んで注文できる
- 5位 おいしいから・好きな料理が出るから

中学校給食についてのページはこちら
献立表や紹介動画、レシピなど掲載しています

