

食育だより

令和3年1月
川崎町学校給食センター

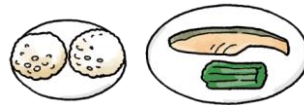
あけましておめでとうございます。今年も、安心・安全でおいしい給食をみなさんのもとへ届けられるよう頑張りますので、よろしく願いいたします。



今月は全国学校給食週間があります。

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて多くの方に知ってもらい、学校給食の充実と発展を図ることを目的として定められました。学校給食のはじまりは、明治22年に貧困児を対象に昼食を無償で提供したものとされています。現在の給食は、その頃の給食と比べて栄養バランスがとれた豊かな献立で、子どもたちの健康や成長を支えています。また、地域の地場産物や食文化なども学ぶことができます。感謝していただきましょう。

明治22年の献立



おにぎり、塩鮭、
菜の漬物

1月25日に、この献立を再現した給食を実施します。

昔の給食の定番「脱脂粉乳」とは？

明治22年に開始された学校給食は、戦争で一時中断となりました。戦後、食糧不足で苦しむ子どもたちのために外国から脱脂粉乳が届き、給食が再開されました。脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を取り除き、乾燥させて粉にしたものです。

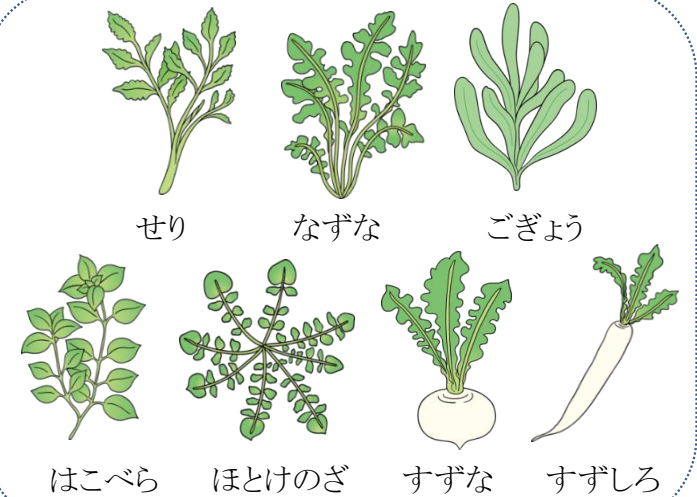
たんぱく質やカルシウムが多く、戦後の子どもたちの成長に欠かせない食材の一つであったといわれています。現在も「スキムミルク」として販売されています。



食べましたか？ 七草がゆ

1月7日の朝に、7種の野菜が入った「七草がゆ」を食べる風習があります。これは、お正月のごちそうで疲れた胃を休め、冬に不足しがちな栄養素を補うという意味があります。七草がゆに使う7種の野菜を「春の七草」といいます。

～ 春の七草 ～



クイズ

七草がゆにいれる「すずな」って何？

- ① ねぎ ② かぶ ③ だいこん

◆こたえ◆ 「すずな」とは、かぶのことで、古くから食べられていた野菜の一つです。また、「すずしろ」はだいこんのことです。



給食レシピ

●○ 鯨のアングレース ○

□ 材料（4人分） □

- ◎くじらの竜田揚げ 200g
- ・おろししょうが 1g
- ・トマトピューレ 10g
- ・ケチャップ 15g
- ・砂糖 10g
- ・ウスターソース 5g

🌀 作り方 🌀

- ① くじら肉にでんぷんをつけて揚げ、竜田揚げを作る。
- ② その他の材料を、よく混ぜて火にかける。
- ③ ②の中に竜田揚げ入れ、よく絡めたら完成☆

26日（火）に
昭和20年代の給食の再現
として登場します。



毎年、給食週間に出るメニューで、リクエスト多い大人気のメニューで

