

☆毎月19日は食育の日☆

きゅうしょくだより 1月



1月24日～1月30日は「全国学校給食週間」です

日本の学校給食は明治時代に始まりました。戦争中は一時中断されましたが、戦後、世界からの温かい支援で再スタートを切ることができました。その日、昭和21年12月24日が給食記念日になりましたが、冬休みと重ならないように1か月遅らせた1月24日からの一週間を「全国学校給食週間」としました。当時は子供の栄養不足を補うことが主な目的でしたが、現在では地場産物を使ったり、郷土食や行事食を取り入れたりすることを通して、地域の文化や伝統に対する理解と関心を深めるなど、教育効果も期待されています。

作ってみませんか



豚肉とアレッタのオイスターソース炒め

[作り方]

[材料]	4人分
炒め油	小さじ1
にんにく	1かけ
豚肉	80g
塩	少々
こしょう	少々
酒	小さじ1
にんじん	8g
長ねぎ	40g
アレッタ	80g
中華スープの素	小さじ1
オイスターソース	小さじ2
しょうゆ	小さじ1

- ① にんにくはみじん切りにする。豚肉は塩・こしょう・酒で下味をつける。にんじんは細めの短冊切りにする。長ねぎは5mmの斜め切りにする。アレッタは下部1cm位を切り落とし、葉は2cmに切り、茎は2cm長さに切ってから薄切りにする。アレッタは下茹でをして、ザルにあけておく。
- ② フライパンに油を熱してにんにく、豚肉、にんじん、長ねぎ、アレッタの順に入れて炒める。
- ③ 材料に火が通ったら、調味料を入れて混ぜ合わせる。

※「アレッタ」は、ブロッコリーとケールを掛け合わせて作られた新種の野菜です。葉も茎もつぼみも食べられます。

12月の給食には、ふかや園芸協会から無償でいただいたアレッタを使い、炒め物にしました。レシピを紹介しますので、アレッタが手に入ったら作ってみてください。トウバンジャンやラー油を加えてピリ辛にしてもおいしいです。

学校給食の移り変わり



昭和22(1947)年1月

戦後すぐの給食は、アメリカからの支援物資である脱脂粉乳と、脱脂粉乳と缶詰で作ったシチューなどが提供された。



- ・脱脂粉乳
- ・トマトシチュー

昭和27(1952)年

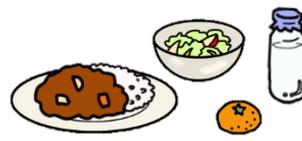
肉は手に入らないため、主に鯨肉がたんぱく源として提供された。



- ・脱脂粉乳
- ・鯨の竜田揚げ
- ・コッペパン
- ・サラダなど

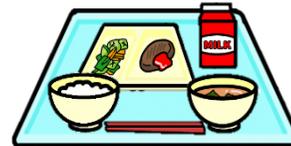
昭和52(1977)年

米を使った学校給食が始まる。



- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・果物
- ・サラダなど

完全給食と呼ばれる現在の給食の形になる



献立紹介

- 18日(火) 煮ぼうとう…深谷市の郷土料理です。
- 19日(水) お富ちゃん給食…群馬県富岡市と深谷市の友好関係を記念する献立です。
【ホルモン揚げ、上州サラダ、こしね汁】
- 24日(月) かてめし…秩父地方に伝わる郷土料理です。
- 25日(火) 昔の給食…昭和40年代ころの献立です。
- 26日(水) ねぎぬた…深谷市の郷土料理です。
重忠汁…深谷市の偉人「畠山重忠」にちなんだ料理です。
- 27日(木) 深谷ねぎたっぷりうどん、ブロッコリーとねぎのナムルに、「ふかや園芸協会」から無償でいただいた深谷ねぎを使います。



季節の行事「鏡開き」



1年簡、完全に
すごせますように

鏡開きとは、お正月に神様におそなえしていた「鏡もち」を下げ、それをいただく行事です。地域によりますが、1月11日に行われるところが多いです。鏡もちを小さく割って、「おしるこ」や「おぞうに」などにさせていただきます。