

給食だより 1月号

令和6年1月15日
横浜市立牛久保小学校

新しい年を迎え、今年はどんな年にしようか、みなさん目標をたてられたかと思います。今年も子どもたちの心と体の栄養を満たすおいしい給食を作っていきますので、楽しみにしててください。さて、1月は『全国学校給食週間』があります。普段、何気なく食べている学校給食について、改めて知るよい機会にしましょう。

1月の基準献立について

★日本の伝統的な食文化を伝えるために、正月料理を取り入れました。

16日：白玉そう煮、なます

★給食週間にちなんだ献立を取り入れました。

- ・歴史を伝える献立…ごはん、梅干し、焼きのり、すいとん（18日）
- ・横浜にかかわりの深い献立…すき焼き風煮（15日）、サンマー麺（17日）等
- ・給食にかかわる人に感謝の気持ちをもてる献立…とんカツ（30日 年に1回の献立です）

*徹底した衛生管理のもと、とんカツは1枚ずつ手作業（手袋着用）で衣をつけ油で揚げていきます。

*普段のフライ等は、横浜市の規格に基づいて作られた加工食品（冷凍）を使用しています。

詳細は、よこはま学校食育財団ホームページ <https://ygs.or.jp>に掲載されています。

【昨年のとんカツ調理の様子】



1枚ずつ検品し、衣をつけます。



10回程度、順番に揚げていきます。

★冬においしい旬の食品を取り入れました。

ぶり・たら・さば・ほうれんそう・こまつな・ねぎ・はくさい・しゅんぎく・だいこん・みずな・ぼんかん

旬の野菜は値段が安く、味もよく、また栄養価も高いことがわかっています。例えば、代表的な冬野菜であるほうれんそう。品種改良と栽培技術の進歩により一年中出回るようになりましたが、冬期のほうれんそうは、夏期のものに比べて、ビタミンCの含有量が約3倍あります。植物は低温になると耐寒のために、養分濃度を高め、凍りにくくする性質があります。このため、糖やビタミンCの含有量が増加して、よりおいしくなるのです。

★自校炊飯のお知らせ★

基準献立では、米飯業者が当日の朝炊いたものが学校に届きますが、年間一人当たり3回ほど給食室の回転釜で炊いたご飯を提供していきます。神奈川県内で作られたお米（品種：はるみ）を使用していく予定です。炊きたての地元のお米を味わってもらうことがねらいです。次の日程で、給食室でご飯を炊きます。

●1/15（月）：1、6年生 ●1/18（木）：2、5年生、個別支援級対象 ●2/27（火）：3、4年生対象

★神奈川県産みそ(津久井在来大豆使用)について★

みそ汁（15日、23日、30日）に使用します。

津久井在来大豆は、相模原市緑区の千木良地区を中心に、県内で古くから栽培されてきた大豆です。昔は、この地域を津久井郡と言ったことから「津久井在来大豆」という名前になりました。

まぼろしの大豆とされています。

給食週間について

学校給食は、今から135年前の明治22年（1889年）に、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）の大督寺内に恵まれない子どもたちのために建てられた私立忠愛^{ちゅうあい}小学校で支給された弁当（おにぎり2個、塩引き（鮭）、煮びたし）が日本の学校給食のはじまりと言われています。

戦後、給食が再開された、昭和21年12月24日を記念し、その1か月後の1月24日を給食記念日と決めました。24日からの1週間を全国学校給食週間としています。牛久保小学校では1月を給食月間とし、給食についての理解を深めると同時に、食べ物や給食作りにかかわる人たちへの感謝、食べることの大切さを考え、自分の食生活を見直す期間とします。

～牛久保小での取り組み～

- ☆給食委員会児童を中心に、給食スタンプラリーや給食ビンゴを実施します。
- ☆給食時間に、栄養教諭より給食の始まりや給食記念日について話をします。
- ☆各クラスで、給食調理員へ感謝の気持ちを伝えるメッセージ動画をおくります。
- ☆お皿にご飯粒やおかずがたくさんついた状態で返さず、きれいに食べられるような取組（お皿ぴかぴかビンゴ）を実施します。（マナーの向上につなげられるようにします。）



横浜市
食育マスコット
バランスイーナ

◆学校給食の献立の移り変わり◆ ～家族で給食について語り合ってみませんか～

明治22年（1889年）

おにぎり 塩引き（鮭） 煮びたし

山形県の忠愛小学校でお弁当を持ってこられない児童に、昼食として出したことが、学校給食のはじまりと言われています。

昭和22年（1947年）

トマトシチュー ミルク（脱脂粉乳）

戦後、給食が再開されたころの献立です。脱脂粉乳とは、牛乳から脂肪分をぬきとり、乾燥させて粉末にしたものです。
横浜市では、みそ汁かすまし汁・脱脂粉乳の給食でした。

昭和27年（1952年）

コッペパン ミルク（脱脂粉乳） くじら肉
の竜田揚げ せんきゃべツ ジャム

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）、おかずの完全給食が行われました。
横浜市では、週3～5日、コッペパン、みそ汁、脱脂粉乳などの完全給食がはじまりました。

昭和40年（1965年）

ソフトめんのカレーあんかけ 牛乳
甘酢あえ 果物（黄桃） チーズ

学校給食用飲料として、ミルク（脱脂粉乳）から牛乳へと切りかえがはじまりました。
横浜市も牛乳（びん）になり、おかずの種類がふえ、主菜＋副菜の組み合わせになりました。

昭和52年（1977年）

カレーライス 牛乳 塩もみ
果物（バナナ） スープ

米を使った学校給食が正式にはじまりました。横浜市ではこの頃、紙容器入りの牛乳になり、昭和56年にごはんがこんだてに取り入れられました。その時のこんだてはカレーでした。

今の給食

学校給食は、食に関する知識や実践力を身につけるために、大切な教材となります。そして、地元でとれた食材を使った特色ある給食や、郷土料理、世界の料理など献立の種類も増えています。給食は子どもたちの心と体の栄養を満たすだけでなく、食育を主な目的としています。