

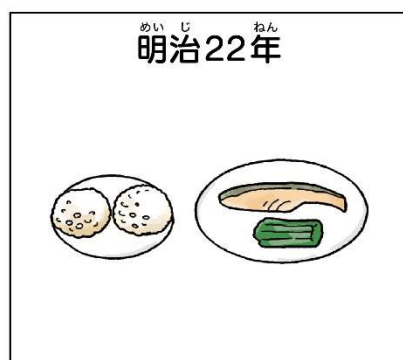
1月食育だより



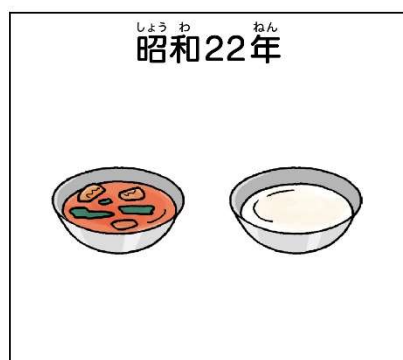
令和7年1月発行 第19号
王寺町立学校給食センター

新しい年を迎えました。みなさんは、どんな冬休みをすごしていましたか？
さて、1月24日から30日までは、全国学校給食週間です。この一週間は、各地の郷土料理や地場産物などを活用したメニューなど、スペシャル献立が登場します。くわしくは、献立表で確認してみてくださいね。
全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などをみなさんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

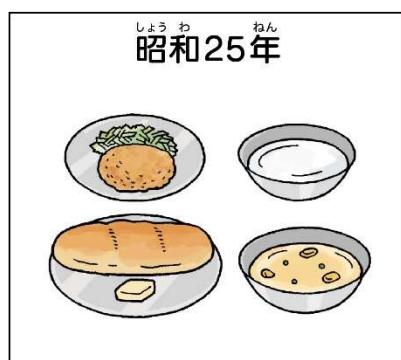
→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→



明治22年
おにぎり・塩さけ・
菜の漬物



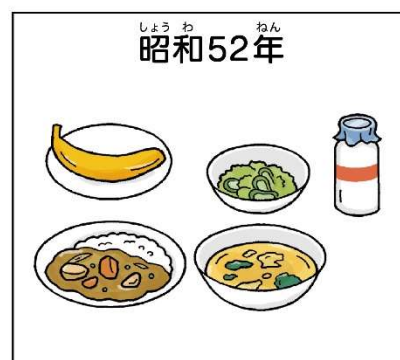
昭和22年
ミルク(脱脂粉乳)・
トマトシチュー



昭和25年
コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・
ポタージュスープ・コロケ・
せんキャベツ・マーガリン



昭和40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



昭和52年
カレーライス・牛乳・塩もみ・
果物(バナナ)・スープ



※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。



がっこうきゅうしょく
学校給食の

いま
今

むかし
昔



昔

○最初の学校給食(明治時代)…貧しくて生活に困っている子どもたちに無償で出された。
……戦争による食糧不足で一時中断……

○戦後の学校給食(昭和21年頃)…子どもたちの栄養不足を解消するために再開した。

○目的：栄養バランスのよい食事で、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こと

→学校給食は、食の「生きた教材」



地域や家庭によってかわる 正月料理

おせち料理やお雑煮などの正月料理は、地域や家庭によって、味つけや使われている材料などがちがうことがあります。みなさんは、おうちでおせち料理やお雑煮を食べましたか？自分たちが住む地域の正月料理がどんなものか、さらに、ほかの地域にはどんな正月料理があり、どのようなちがいがあるのかを調べてみると、おもしろいですよ。

給食では、1月10日(金)に、「だし巻き卵・紅白なます・奈良の雑煮(砂糖入りきなこ)」の、お正月献立が登場します！



ぶたにく だいこん
豚肉と大根のみそ煮

今が旬の大根を使った料理です！

＜材料＞ 4人分		＜作り方＞	
豚こま肉	60g	みそ	大さじ2強
厚揚げ	100g	さとう	大さじ2弱
こんにゃく	80g	みりん	小さじ1/2
だいこん	240g	濃口しょうゆ	大さじ1弱
さと	60g	いたあぶら	適量
たまねぎ	1個	みず	200cc程度
にんじん	1/4本		

- ①厚揚げ…ひと口大 こんにゃく…色紙切り
だいこん ひょうしきぎ さと くちだい
大根…拍子木切り 里いも…ひと口大
- ②たまねぎ…スライス にんじん…いちよう切り
なべ あぶらねつ ぶたにく いた
鍋に油を熱し、豚肉を炒める。
- ③たまねぎ、大根、にんじん、こんにゃく、
さと じゅんくわ いた みず くわ
里いもを順に加えて炒め、水を加える。
- ④具材が煮えてきたら、調味料を加える。
- ⑤厚揚げを加えてさらに煮る。
- ⑥味を調べてできあがり。