

明けましておめでとうございます。新年を迎え、心新たな気持ちで新年をスタートしたと思います。
1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。皆さんも給食の歴史を振り返ると共に、現在の自分の食生活を見直してみましよう。

全国学校給食週間 1月24日～30日

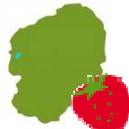
学校給食は、明治22年に山形県の小学校で始まりました。当時は、貧しい家庭が多く、子供たちの栄養を改善するために、おにぎりを出したのが始まりです。現在では、生活が豊かになり、肥満や生活習慣病の増加、食生活の乱れなどが問題になっています。それらを改善するために栄養のバランスを考え、地元の食材や地域の郷土料理・行事食などを取り入れた、食育の一環として学校給食は位置づけられています。

給食週間献立紹介

河内中では20日～24日まで校内給食週間メニューを行います！宇都宮の特産品を利用した宮っこランチからスタートし、ラグビーワールドカップで日本と対戦したアイルランドメニューや、自衛隊メニューなどバラエティー豊かな献立になりました。そして給食委員会の好き嫌い克服メニューではワースト常連の食材をふんだんに使ったメニューになっています。給食を味わいながら食べてください。

20日【宮っこランチ】

- ・麦入りご飯 ・牛乳 ・里芋のコロッケ
- ・もやしとにらのごま和え ・干びょうの卵とじ汁
- ・ゆずゼリー



この宮っこランチは、平成30年8月に行われた「ジュニア未来議会」の提案を受けて、宇都宮市で昔から食べられてきた郷土料理を子どもたちにもっと知ってもらいたいという思いを込めて「宮っこランチ」を考えました。特産品や文化などを知ることのできる給食です。

23日【アイルランドメニュー】

- ・ソフトフランスパン ・ソフトチーズ ・牛乳・野菜スープ
- ・フィッシュ&チップス ・ゆで野菜 ・紅茶プリン

ラグビーワールドカップの興奮が冷めやらぬ人もいますが、日本と対戦したアイルランドのメニューを献立に入れてみました。フィッシュ&チップスというとイングランドを思うかもしれませんが、アイルランドもイングランドに負けないうらいパブ文化が根付いています。また紅茶好きでも有名な国で、消費量は世界1です。デザートに紅茶プリンを作ります。

21日【給食委員好き嫌い克服メニュー】

- ・きのこカツカレー ・牛乳
- ・カラフルなパプリカの炒め物 ・みかん



嫌いな食材ワースト1位の不動のピーマン！これを使って、今年はダイレクトにカラフルなパプリカの炒め物に変身です。また、常連のきのこをみんなが好きなカレーライスに！更にカツをのせてきのこカツカレーにしました。ピーマン嫌いもきのこ嫌いも美味しく食べられるようにアレンジしましたのでチャレンジしてくださいね！

24日【すこやか河内学校園統一献立】

- ・麦入りご飯 ・牛乳 ・地元産の葱を使った焼き鳥風和え物
- ・地産地消味噌汁 ・とちまるくんいちごムース
- ・ふりかけ

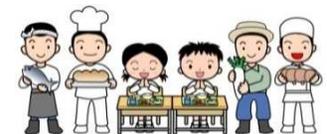
今が旬の地元産の葱をふんだんに使い、鶏肉と鶏団子と一緒に焼き鳥風の和え物にしました。この時期の葱は柔らかく、とても甘いのが特徴です。また、栃木県産の野菜を使った地産地消味噌汁、栃木県産のイチゴを使ったいちごムースがデザートで付きます。

22日【自衛隊メニュー】

- ・麦入りご飯 ・牛乳 ・空上げ(からあげ)
- ・からし和え ・ぬっぺ汁

昨年好評だった海軍カレー！今年は航空自衛隊で話題の空上げこと、から揚げを献立に入れました。それぞれの駐屯地の特色がある空上げはバラエティーに富んでいます。今回は長崎県の五島列島にある福江島分屯基地の空上げを給食メニューに入れました。下味にあごだしを使い、ピリッとしたジューシーな空上げをご堪能あれ！

☆日ごろ何気なく食べている給食ですが、たくさんの人の協力があって、皆さんに提供されています。感謝の気持ちを忘れないで、残さず食べるようにしましょう。



<お弁当の日>

保護者の方々大変お世話になりました！



1月の献立

1月20日～24日

給食週間メニューを行います。



*1月はセレクトメニューはお休みです。