



1月食育だより

R7.1.17

宇都宮市立宮の原小学校

★保護者の方もお子さんと一緒に読んでください。

1月は、新年の健康や幸運を願って、日本に古くから伝わる伝統行事にふれる機会がたくさんあります。おせち料理、七草がゆ、鏡開きと行事食が身近に感じられる月です。

学校給食では、日本の食文化や伝統的な食べ物を知らせるためにも、豆・魚・海藻などを組み合わせた和食の献立を取り入れています。

◇1月24日から30日の1週間は、「全国学校給食週間」です。

日本で学校給食が始まったのは、明治22年山形県鶴岡市です。お弁当を持ってこれない子どもたちにおにぎりと塩鮭、漬物を出したのが給食の始まりとされています。その後、第二次世界大戦で食べるものが少なくなり一時中断していましたが、戦後、外国のユニセフからの援助物資をもとに再開されました。給食週間は給食の長い歴史を振り返り、感謝の気持ちをもって給食を食べることと関心を深める1週間です。

子どもたちの食生活を取り巻く環境は、時代とともに変化しました。現在、学校給食は食育の重要な柱として、栄養バランスや健康、食べ物についての正しい知識を得ること、マナーを学ぶこと、さらに日本の食文化を継承することなど給食を通して伝え学んでいく場になっています。



日本最初の給食



明治22年(1889)年に山形県の私立忠愛小学校で、おにぎり・焼き魚・漬物などが出されたのが学校給食の始まりです。

現在の給食



令和の現在では、食育を意識して昔ながらの郷土料理・行事食・海外料理・お話給食などを提供しています。写真は、地元食材をたくさん使って調理した「宮っ子ランチ(秋)」になります。

給食紹介

12月24日(火) 地元食材を使った献立

献立 ・麦入りご飯 ・揚げ餃子 ・ナムル ・トマト入り麻婆豆腐 ・牛乳



今回は宇都宮市産トマトを麻婆豆腐に入れた、「トマト麻婆豆腐」を提供しました。今後も地産地消の観点から、宇都宮市や栃木県で採れたものを献立に取り入れていきたいと思っています。トマトの他に、ほうれん草、小松菜なども予定しています。また、野菜だけでなく果物も提供できたらと思っています。

給食室より「トマト入り麻婆豆腐」の調理過程を紹介します！



今回はトマトを湯むきし、食べやすくするようにしました。鮮やかでみずみずしいものが届きました。



豆腐は茹でることで完全に加熱しつつ水分を出し、味が入りやすくなるようにしました。



食材と調味料、合わせて約50キロを使い、307人分が完成しました。

ランチルームを紹介します

12月より、6年生からスタートした「ランチルーム給食」。現在の6年生が1年生の時に、コロナウィルス感染症が流行り出したことで使用中止になったため、5年生以下は初めての使用になります。「すごく楽しみだけどどんな教室？」と、気になっている声も聞きます。ランチルームを紹介したいと思います。



昇降口の隣の教室がランチルームです。



給食の準備をする時に使うものがそろっています。



4人掛けのテーブルに、向かい合って座ります



この日は、鶏肉の香味焼き献立でした。



片付けの最後にもう一度、配膳台とテーブルを拭きます。



最後にワゴンを戻し「ごちそうさまでした」の挨拶をします。