

月	火	水	木	金
<p>学校給食の始まり</p> <p>日本の学校給食は、1889（明治22）年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まってきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。</p>				
<p>牛乳は毎日つきます 物資の都合により 献立が変更することがあります。</p>				
<p>明治22年ごろ おにぎり 塩ザケ 漬物</p> <p>大正12年ごろ 五色ごはん 栄養みそ汁</p> <p>昭和17年ごろ すいとんのみそ汁</p> <p>昭和22年ごろ ミルク（脱脂粉乳） トマトシチュー</p> <p>昭和27年ごろ コッペン ミルク（脱脂粉乳） くばく たつた 鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム</p>				
<p>15日 カレーライス 福神漬け ごぼうサラダ デザート</p>	<p>16日 ピザコッペ コーンサラダ ポトフスープ</p>	<p>17日 ごはん ささみレモンソース 野菜の塩炒め えのきのみそ汁</p>	<p>18日 ビビンバ トックスープ</p> 	<p>19日 ☆食育の日 ごはん ぎょうざ ホイコーロー わかめスープ</p>
<p>新年最初の給食です。お世話になる調理員さんや食器や給食の用具などに「よろしくお願ひします」という気持ちをもって食べてください。</p>	<p>調理員さんが一つ一つ手作りするピザコッペは、とてもおいしいですね。皆さんが笑顔で元気になってくれるように、給食室でもがんばっていますよ。</p>	<p>よくかんで食べると、消化に良いだけでなく、心が落ち着いてリラックスする効果もあります。勉強に励む皆さんも、給食は笑顔のリラックスタイムに！</p>	<p>「トク」とは、お米を原料に作られたお餅を入れた韓国のスープです。「トッ」が餅で、「ク」が汁を意味しています。トッポギは「炒めた餅」の意味です。</p>	<p>中国では、ぎょうざは茹でて食べるのが一般的です。ぎょうざを焼いて食べるのは、日本独特の食べ方だそうです。中国ではおめでたい食べ物です。</p>
<p>22日 ごはん 県産ぶたモモカツ とんぶりゆめ だまこ汁</p>	<p>23日 フランス鴨汁うどん 厚揚げの ピリからみ炒め ジャージーヨーグルト</p>	<p>24日 ゆかりごはん 県産さけのカレー揚げ 大根のそぼろに 白菜のみそ汁</p>	<p>25日 ごはん 秋田どっさりハンバーグ 洋風おから しめじのみそ汁</p>	<p>26日 県産豚のすき焼き丼 ふるさと汁 県産りんごゼリー</p>
<p>秋田県産の豚肉のとんカツです。ゆめ物には秋田の名産品の畑のキャベツ「とんぶり」が入っています。秋田の郷土料理の「だまこじる」の登場です。 県産の舞茸、ネギが使われています。</p>	<p>東由利の特産品フランス鴨を使った鴨汁うどんです。東由利の豊かな水と東由利産の飼料米を取り入れた餌で育てられています。「東由利 フランス鴨」で検索すると飼育の様子がみれる動画がありますよ。</p>	<p>秋田沖でとれたさけを醤油・カレー粉などで味付けをしてから揚げにさせていただきます。秋田のきれいな川で生まれたさけが、海に出て4～5年で大きく成長し、産卵のために生まれた川に帰ってきます。</p>	<p>県産の豚肉・米粉、エリンギを使ったおいしいハンバーグです。洋風おからには、県産のウィンナーや椎茸などを入れています。冬場の野菜は甘みがのっておいしいです。生産者の方に感謝していただきます。</p>	<p>秋田県産の豚肉を使用したすき焼き丼です。地元のしめじやねぎ、白菜・豆腐なども使っています。地元の味を味わいましょう。みそ汁には地元の野菜たっぷり、デザートは県産りんごを使ったゼリーです。</p>
<p>1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。今週は地場産物をたくさん使ったふるさと給食が登場します！お楽しみに！</p>				
<p>29日 炊き込みごはん ゴマサラダ 豚汁</p>	<p>30日 ごはん さばのたれあげ 野菜の塩昆布ゆめ のっぺい汁</p>	<p>31日 ハヤシライス 福神漬け 海藻サラダ</p>	<p>集中力を高める食事とは？</p> <p>勉強を効率よく進めるには、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べてから取りかかるのがお勧めです。1日のうち、脳が一番活発に動くのは午前中なので、朝ごはんは脳へエネルギーを補給することが、やる気や集中力を高めることにつながります。また、脳を活性化するには、よくかむことも重要です。スープやゼリー・飲料などで済ませずに、主食とおかずを組み合わせることを心がけましょう。</p> 	
<p>給食当番は、クラスみんなの給食を盛りつける、責任ある仕事です。爪は短くし、長い髪は結び、身支度をきちんときれいに整えましょう。</p>	<p>あなたの目の前の食器はどのように並んでいますか？はしの持ち方や姿勢はどうですか？自分の食事のマナーや習慣を見直してみてください。</p>	<p>朝ごはんを食べると頭が動くスイッチ、体を温めるスイッチ、腸を動かすスイッチが入ります。3つのスイッチをしっかり入れて学校に来ましょう。</p>		

学校給食は教育活動に



戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946（昭和21）年に、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950（昭和25）年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

現在では、給食はただ栄養をとることだけを目的にしていません。将来、大人になったときに自立した食生活を送れるように「見本となる食事」を学ぶ教材として役割を果たします。そのため、「いつか自分でごはんを準備するとき、こんな食事をとりましょう」という献立にしています。

<p>昭和40年ごろ ソフトめん ミートソース 牛乳 フライドポテト 黄桃</p>	<p>昭和51年ごろ カレーライス 牛乳 塩もみ ゆめ卵</p>
---	--

