

# 1月 給食だより



1/24~1/30は  
「全国学校給食週間」です

令和8年1月14日発行  
由利本荘市立尾崎小学校

月	火	水	木	金
<b>あけまして おめでとう ございます！</b> 1月から3月は、毎日があつ と言う間に過ぎていきます。 体調管理をしっかりして、毎 日を元気に過ごしたいです ね。残り少ない尾崎小の給 食を楽しんでくださいね！	牛乳は毎日つきます 物資の都合により 献立が変更になる 場合があります。	14日 チキンカレー ふくじんづけ おんやさいサラダ はくとうゼリー	15日 せわりコッペパン けんさんウインナー キャベツのカレーソテー <sup>はさ</sup> ABCスープ	16日 ごはん ごもくあつやきたまご だいこんのそぼろに とりごぼうじる
19日 ごはん きんぴらつつみやき ひきずり ピリからみそしる	20日 かみかみぶたどん なめこのみそしる ぶどうゼリー	21日 ごはん さけのたまねぎこうじやき にくじゃが わかめのみそしる	22日 ミートソースペンネ やさいスープ さつまいもチップス	23日 ごはん とりささみのレモンソース くきわかめのいりに ごまみそしる
唐辛子の辛さとみその栄養で体 が温まる「ピリ辛みそ汁」は、寒 い日のおすすめ料理です。しか り食べて風邪予防をしましょう。	なめこの独特なぬめりは、食物繊 維によるものです。なめこでとろ みがついた汁物は冷めにくいの で、体の中から温まります。	玉ねぎの甘みが特徴の「玉ねぎ こうじ」を使った焼き魚は、食べ やすいと好評です。骨があるの で、はしを上手に使いましょう。	給食のミートソースには、玉ね ぎ、人参、ピーマン、しめじなど、 野菜やきのこがたくさん入ってい て、栄養満点です。	鳥が羽を動かすための筋肉の 部分が「ささみ」です。脂が少 なくたんぱく質が多いので、体 作りに効果的なお肉です。

## 全国学校給食週間（1月24日～30日）秋田のおいしい食べ物を、楽しんで食べましょう！

26日 だいすいりマーボーどん やさいスープ けんさんりんごゼリー	27日 ごはん あつあげのみそいため だまこじる	28日 ごはん ゆりほんキャベツ メンチカツ(ソース) ピリからいため しめじのみそしる	29日 こめこパン ポークチャップ コーンソテー <sup>はい</sup> けんさんかぼちゃスープ	30日 あきたゆりぎゅうの ぎゅうどん とうふのみそしる まっちゃん
秋田県は枝豆や大豆の生産に 力を入れています。秋田県産の 大豆、豆腐、豚肉、椎茸、にんにく、トウバンジャン、みそ、しょうゆなどを入れました。スープと一緒に由利本荘市産や秋田県産の食材を使用しています。	秋田と言えば「きりたんぽ鍋」と 言われることが多いのですが、家庭では「だまこ汁」の方がよく食べられています。由利本荘市産のおいしいお米を使った「だまこ」を、調理員さんが丁寧に煮てくれています。	ゆりほんキャベツメンチは、由利本荘市大内地域の「雪の下キャベツ」や県産豚肉を使った由利本荘市オリジナルのメンチカツです。由利本荘市とにかく市全ての中学校で、同じメンチカツを食べます。	ゆりほんじょうしようどんが盛んな地域だったそうなので、秋田県産の豚肉を使ったポークチャップの献立にしました。食べ応えのあるポークチャップは、秋田県産あきたこまちの米粉を入れた米粉パンとの相性がバッチリです。	今年も、由利本荘市の小学校に秋田由利牛をいただけたことになりました。豊かな自然の中で育った秋田由利牛は「肉だけでなく、脂までおいしい」と人気があります。感謝の気持ちで、おいしくいただきましょう。

にほん かつ こう きゅう しょく

## 日本の学校給食のあゆみ

かつ こう きゅう しょく はじ

1 学校給食の始まり

めいじ 明治22年に、山形県のお寺にある小学校で、貧しい子どもたちのために食事を提供したのが始まりと言われています。大正12年には、子どもたちの栄養状態を改善する方法として「学校給食」が国から奨励され、各地に広まりましたが、戦争の影響で中断されました。

にほん かつ こう きゅう しょく

2 支援物資による学校給食の再開

せんご 戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21年12月24日にLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資が寄贈され、昭和22年1月に学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、冬休みと重ならない1月24日～30日を「学校給食週間」とすることになりました。

3 バラエティー豊かな献立内容に

ミートスパゲッティ  
牛乳  
フレンチサラダ (昭和40～50年ごろ)

カレーライス  
牛乳・塩もみ  
ゆで卵 (昭和51年ごろ)

ミルク  
トマトシチュー (昭和22年ごろ)

コッペパン・ミルク  
クジラの竜田揚げ  
せん切りキャベツ (昭和25～30年ごろ)

げんざい 現在は、大人になっても自分自身で考えて健康な食生活を続けることができるよう、学校給食は「教材」としての役割も担っています。