

# 給食だより 1月

さいたま市立大牧小学校  
平成24年1月11日  
校長 武井 悟

1月23日から27日は大牧小の給食週間です。

## 給食の始まり

明治22年、山形県鶴岡町の忠愛小学校で、お弁当を持ってこることができない子どもたちのために、おにぎりとおかずの昼食を与えたのが、学校給食の始まりとされています。



## 給食の再開...

第二次世界大戦が始まり、食べ物なくなると、どの学校でも給食をやめてしまいました。食べ物の不足により、病気になったり、栄養失調になったりする子どもが増えてきました。終戦後の昭和21年に、日本の子どもたちを救うために世界の国々から脱脂粉乳や小麦粉、砂糖、缶詰などの救援物資が、たくさん送られてきました。12月24日からこの物資を使用して、戦争によって中止されていた給食が、再び始められたのです。この給食を再開した日を「給食記念日」としました。しかし、現在は冬休みと重なるため、一ヶ月遅れの1月24日から含む1週間を「給食週間」とするようになりました。



## 現在の給食は...

給食を再開した当時は、子どもたちの栄養補給が第一の目的でしたが、現在では「望ましい食事のとり方」だけでなく食事を通して「人間関係の形成」や「マナーの体得」と役割も変わってきています。食べ物が身の回りにあふれている現在の日本は、食べ物の自給率は40%以下になっているそうです。残りの約60%はほかの国から買っていることとなります。その反面、食べずに捨ててしまっている食べ物も多いのです。しかし、世界を見ても、食べ物に困っている国がまだまだたくさんあります。食べられることに感謝し、子どもたちには食べ物を大切にしようという気持ちを持ってもらいたいものです。



## 大牧小の給食週間の取組を紹介します。

- 1月23日 なかよし給食会・・・きょうだい班で給食を食べます。いつもと違う雰囲気です給食を楽しみます。
- 1月26日 セレクト給食・・・給食は、いつもみんなが同じものを食べていますが、この日だけは、料理を選ぶことができます。2学期の終わりに児童の皆さんが選んだものを出します。今年度は、主菜を「鶏肉のたつた揚げ」か「メンチカツ」から、副菜(果物)を「みかん」か「りんご」から選びました。
- 1月27日 給食感謝集会・・・児童の給食委員会が中心になり、調理員の紹介や劇やクイズなどを発表することで、食べることについて考える会です。

昔の給食・・・「ごはん、焼き魚、漬物(牛乳)」という献立で、給食が始まった頃の内容を体験し、現在の恵まれた環境に気づいてほしいと考えています。

## ししゃもの南蛮漬け

ししゃもにひと手間かける  
といつもと違った感じで食  
べられます。

材料 4人分

- ・ししゃも・・・12本
- ・片栗粉・・・大さじ1杯
- ・揚げ油
- ・しょうが・・・5g(ひとかけ)
- ・にんにく・・・5g(ひとかけ)
- ・ねぎ・・・50g
- ・すりごま・・・小さじ1杯
- ・一味唐辛子・・・少々
- ・しょうゆ・・・大さじ1杯
- ・砂糖・・・大さじ1杯
- ・酢・・・大さじ1杯
- ・酒・・・小さじ1杯
- ・水・・・大さじ2杯

作り方

- 1 南蛮ソースを作ります。しょうが、にんにく、ねぎをみじん切りにします。
  - 2 耐熱容器に水と調味料を入れて、よくかき混ぜます。みじん切りにした野菜を加え、電子レンジで30秒前後加熱します。
  - 3 ししゃもに片栗粉をまぶして揚げます。
  - 4 皿にししゃもを並べ、2の南蛮ソースをかけます。
- \*南蛮ソースの加熱時間は様子を見ながら増減してください。  
(野菜がしんなりする程度です。)



12月に冬野菜を使ったカレーをだしました。  
いつもとちがう具で、めずらしいカレーでし  
た。れんこんなども、カレー味で食べやすか  
ったようです。

## 冬野菜カレー

《材料》 4人分

- ・鶏もも肉・・・150g
- ・たまねぎ・・・250g
- ・にんじん・・・100g
- ・だいこん・・・150g
- ・れんこん・・・100g
- ・さつまいも・・・150g
- ・セロリ・・・20g
- ・マッシュルーム・・・30g
- ・ホールトマト(缶)・・・60g
- ・にんにく・・・3g(ひとかけ)
- ・しょうが・・・3g(ひとかけ)
- ・チーズ・・・20g
- ・デミグラスソース・・・50g
- ・ケチャップ・・・20g
- ・ウスターソース・・・12g
- ・カレールウ・・・50g
- ・スープの素・・・6g
- ・塩・・・少々
- ・水・・・300g
- ・植物油(サラダ油)

《作り方》

- 1 鶏肉は一口大に切ります。玉ねぎ、マッシュルームはスライス、にんじん、だいこん、れんこん、さつまいもは、厚さ1cmくらいのいちょう切りにします。セロリは小口切り、にんにく、しょうがはみじん切りにします。
- 2 鍋に油を入れて熱し、にんにく、しょうがをいれて香りをだします。鶏肉、玉ねぎ、セロリ、にんじん、れんこん、だいこん、マッシュルームを順に入れて炒めます。
- 3 水とスープの素を入れて煮ます。野菜がやわらかくなってきたら、粗く刻んだホールトマト、チーズ、さつまいも、カレールウ以外の調味料を入れて煮ます。
- 4 カレールウを入れて煮込み、塩の加減を見て出来上がりです。