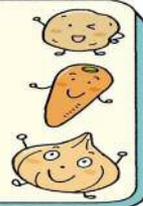


令和3年1月

# きゅうしょくだより

さいたま市立中尾小学校



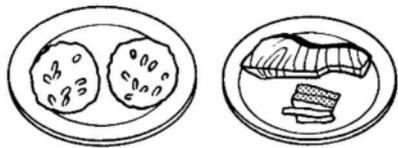
あけましておめでとうございます。今年も中尾小のみなさんの心と体の栄養を満たす安全でおいしい給食を提供できるよう努めてまいります。どうぞよろしくお祈りいたします。1月18日から22日の一週間は中尾小学校の給食週間です。普段何気なく食べている学校給食や給食室について改めて知る機会にしましょう。



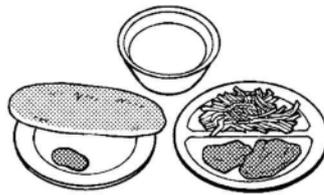
## 学校給食とは



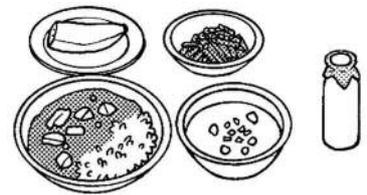
日本の学校給食は、明治22年、山形県の私立忠愛小学校において、貧困児童を救うために提供されたことが始まりとされています。戦争のために学校給食が一時中断されていた当時、食料不足のため栄養失調の子どもがたくさんいました。当時の小学6年生は、現在の小学4年生くらいの体格だったそうです。そのような状況の中、民間の支援団体などからの支援を受け、昭和21年12月24日、東京、神奈川、千葉の三都県で学校給食が再開され現在に至ります。



明治22年頃の給食  
おにぎり 塩鮭 漬物



昭和27年頃の給食  
コッペパン ジャム 脱脂粉乳  
くじらの竜田揚げ せんキャベツ



昭和52年頃の給食  
カレーライス 牛乳 塩もみ野菜  
果物(バナナ) スープ



## 現在の給食



献立は時代とともに変化し、現代の学校給食は子どもの成長や健康のためだけではなく、食べることを楽しみ、食習慣や食文化を学ぶ「生きた教材」としての役割もあります。日本各地の郷土料理や世界の料理、日本の伝統的な行事食や食事マナーを楽しく学び、食に対する興味・関心を深め、感謝の心を育むことなどを目的としています。

## 12月の給食の様子 12月11日 絵本給食

12月の絵本は「おとうふやさん」でした。豆腐店で豆腐や大豆製品を買う機会がない児童が多く、おとうふやさんの仕事や豆腐ができるまでの様子に見入っていました。この日の献立は、おからで作る、埼玉県行田市の郷土料理「ゼリーフライ」や豆乳呉汁など、「おとうふやさん献立」でした。



### <ゼリーフライ 4個分の材料と作り方>

- |            |                |
|------------|----------------|
| じゃがいも 160g | 小麦粉 24g(大さじ3弱) |
| おから 60g    | たまご 20g        |
| にんじん       | 食塩 0.6g        |
| たまねぎ       | 各 20g          |
| ながねぎ       | こしょう少々         |

- ① じゃがいもは皮をむき、茹でてつぶしておく。野菜はみじん切りにする。
- ② 野菜を油で炒め、粗熱をとっておく。
- ③ じゃがいもを②に加えてよく混ぜ、たまご、おから、調味料も混ぜる。

- ④ 小判型に整え、170℃に熱した揚げ油で揚げる。揚げたてにソースをかける。小判(銭)形の「ゼニフライ」がなまって「ゼリーフライ」という名前になりました。



### 1月7日は「七草」

七草がゆは1月7日の「人日の節句」に大切な人が健康で元気にこの一年を過ごせるように、という願いを込めて食べるものです。年末年始のごちそうで疲れた胃にもピッタリです。

3学期の給食開始日には、中尾小のみなさんの健康を祈り「七草ごはん」を炊きます。

