おにぎりしんぶん

三重県立城山特別支援学校

新しい年を迎えました。みなさんはどのような冬休みを過ごしていましたか？

さて、1月24日から1月30日までは全国学校給食週間です。いつも食べている給食に目を向けて給食の役割について考えてみましょう。

今月の給食目標

じょうぶな体を作ろう

寒さに負けない生活習慣を心がけよう

冬も元気にすごすためには、抵抗力を高めることが大切です。バランスのよい食事をとって、適度な運動をし、十分な休養と睡眠をとります。また、手洗いとうがいをして、病原菌が体の中に入らないようにしましょう。

知っているかな　学校給食の歴史

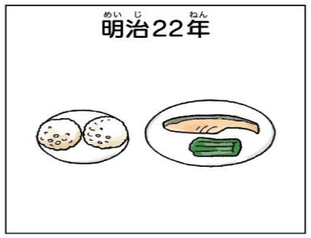
学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。

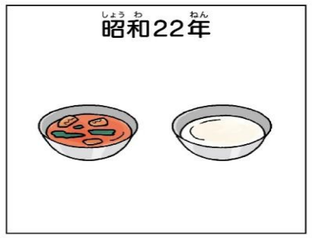
脱脂粉乳って何？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどからの脱脂粉乳などの援助物資を受けて再開することができました。

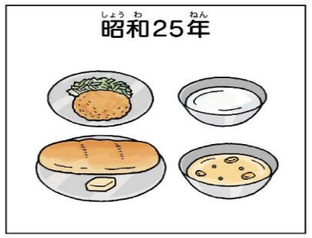
→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→



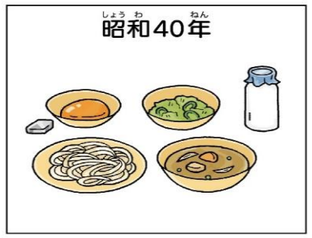
おにぎり・塩さけ・菜の漬物



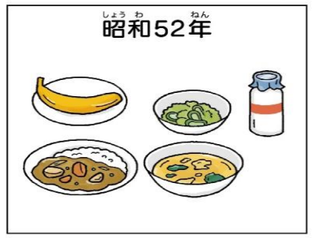
ミルク（脱脂粉乳）・トマトシチュー



コッペパン・ミルク（脱脂粉乳）・ポタージュスープ・コロッケ・せんキャベツ・マーガリン



ソフトめんのカレーあんかけ・牛乳・甘酢あえ・果物（黄桃）・チーズ



カレーライス・牛乳・塩もみ・果物（バナナ）・スープ

※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。

【学校給食習慣×みえ地物一番給食　コラボ献立】

●1月24日（金）ご飯　とり肉の伊勢茶揚げ　あいまぜ　みそ汁（玉ねぎ、キャベツ、わかめ）

三重県で作られるお茶を「伊勢茶」といいます。伊勢茶の粉末を衣に入れ込んだ、ほのかにお茶のかおりがする鶏肉のからあげです。松阪市では、お正月や法事の際に「あいまぜ」という郷土料理が食べられることがあります。

●1月27日（月）ご飯　さばの塩焼き　さといもと鶏肉の煮物　みそ汁（はくさい、あげ、ねぎ）

さといも、ねぎは三重県産の食材を使用しています。

●1月28日（火）ご飯　津ぎょうざ　けんちん汁　大内山ミルクプリン

「津ぎょうざ」は、津市の学校給食から生まれたご当地グルメです。調理員が一つ一つ手作りしてくれます。大内山プリンは販売終了していましたが、期間限定で復活したため献立に取り入れました。

●1月29日（水）まこもたけご飯　さわらのかおり焼き　具だくさんみそ汁

菰野町の名前のもとになった「まこもたけ」はクセがほとんどなく、柔らかい筍のような歯ざわりがあり、ほのかな甘みとかすかにとうもろこしの香りがします。

●1月30日（木）ご飯　ひじき入り中華そぼろ　粉ふきいも（ゆかり）　卵とめひびのスープ

伊勢志摩地区が「ひじき」や「めかぶ」の製造に適している理由は製造に欠かせない真水がとても豊富にあること、雨が少なく、冬でも雪はほとんど降らず、しかし、西風は強いので乾燥にはぴったりであるなどの気候条件が良いことです。

【リクエストメニュー】

児童、生徒に加え、教職員のリクエストも取り入れます。皆さんの好みやこだわりを話しあうきっかけにしてください！

校長リクエスト→ハヤシライス　理由・・・昔から好きで、最近給食で出ていないため。

小学部教員リクエスト→津ぎょうざ　理由・・・小学生のころ、給食で食べた津ぎょうざ。津のグルメとしてポピュラーになり、店でも食べられるようになりましたが、なにか豪華で違います。給食で味わえる冷めていてもおいしいもの。その懐かしさから津ぎょうざを選びました。

☆裏面もあります☆