

今月の平均栄養摂取量		
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
小学校	641	26.8
中学校	807	32.4

1月食育だより



1/24~1/30は
「全国学校給食週間」です

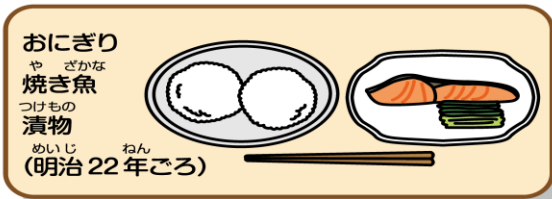
にほん がっ こう きゅうしょく

日本の学校給食のあゆみ



学校給食の始まり

明治 22 (1889) 年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校は大督寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが家々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正 12 (1923) 年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりしましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってしまいました。



おにぎり
やまがたけん
焼き魚
つげもの
漬物
(明治 22 年ごろ)

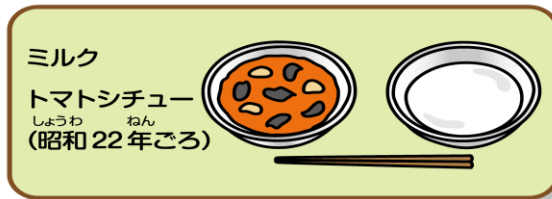


五色ごはん
えいよう
栄養みそ汁
たいしやう
(大正 12 年ごろ)



支援物資による学校給食の再開

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 (1946) 年 12 月 24 日に LARA (アジア救援公認団体) から給食用物資の寄贈を受けて、翌 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、その後、冬休みと重ならない 1 月 24 日からの 1 週間を「全国学校給食週間」とすることになりました。



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
ぜん切りキャベツ
(昭和 25~30 年ごろ)

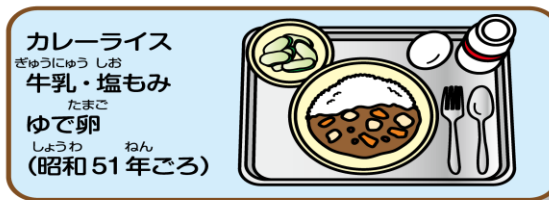


バラエティー豊かな献立内容に

昭和 29 (1954) 年に「学校給食法」が成立したことで、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンが中心でしたが、昭和 51 年に米飯(ご飯)が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実していきました。



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)



このように、学校給食の内容は時代とともに変化していますが、いつの時代も変わらずに、「子どもたちが飢えることなく、おいしく食べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。現代では、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に、学校給食は「教材」としての役割も担っています。

給食レシピ紹介

(分量は4人分です)

< 大根のうま煮 >

- 豚ももスライス肉 80 g、おろし生姜 小さじ 1、おろしにんにく 小さじ 1、サラダ油 少々、大根 400 g、にんじん 100 g、さやいんげん 30g、【砂糖 大さじ 1、みりん 小さじ 1、酒 小さじ 1/2、しょうゆ 大さじ 1、顆粒和風だし 小さじ 1】
- ① 豚肉は食べやすい大きさに切る。大根は 1.5cm 厚さのいちょう切り、にんじんは 1cm 厚さのいちょう切りにする。さやいんげんは 2cm くらいに切って茹でしておく。
 - ② 大根は、あく抜きと煮えやすくするために、下茹でして半煮えにする。
 - ③ 鍋にサラダ油をひき、豚肉と生姜、にんにくを軽く炒める。
 - ④ ②の大根とにんじんを加えて【 】の調味料を入れてフタをして煮含める。焦げそうな場合は水をたす。
 - ⑤ 時々かき混ぜながら全体に火が通るように煮る。
 - ⑥ 大根とにんじんに箸がささるようになったら出来上がり。盛りつけたらさやいんげんを散らす。