給食だより 1月号

檀原市立真菅小学校

あけましておめでとうございます。新しい1年が始まりました。年末年始はどのように過ごしましたか？
3学期は1年間の「まとめ」の学期です。基本の生活リズムを見直して、規則正しい生活を心がけましょう。

1月24日～30日は全国学校給食週間です

学校給食は、明治22年（1889年）に山形県の私立忠愛小学校で、貧しくて昼食を用意できないこどものために、提供されたのが始まりといわれています。その後、戦争などで一時中断しましたが、第二次世界大戦後に栄養状態の悪い日本のこどもたちのために、世界各地から脱脂粉乳や小麦粉、缶詰（LARA物資）が送られてきて再開されました。
学校給食週間は、このような世界中の温かい心によって学校給食が再開されたことを記念する期間です。

給食の歴史を振り返ってみよう

明治22年

お弁当を持ってこられない子どもたちのために、おにぎり・焼魚・お漬物が出されました。

昭和22年

戦後、給食が再開しました。

昭和27年

パン・ミルク・おかずの「完全給食」になりました。

昭和38年

脱脂粉乳から牛乳へと変わっていきました。

昭和52年

米飯給食が正式に始まりました。

現在

地場産物の活用や郷土料理など、様々な献立が給食に登場するようになりました。

給食週間は『檀原市食育推進計画』をテーマにしています

檀原市食育5か条

28.27日（火.月）
パン　牛乳
フランクフルトのミートソース
アルファベットマカロニスープ
牛乳混入液（ココア）

30.31日（木.金）
ごはん　牛乳
根菜つくね
茎わかめの五目煮
まごわやさしい汁

31.30日（金.木）
パン　牛乳
コロッケ　根菜のソテー
はくさいとベーコンのシチュー

27.28日（月.火）
減量ごはん　牛乳
減塩みそラーメン
かまぼことツナのマヨ炒め

29日（水）
減量ごはん　牛乳
柿の葉ずし
肉入り卵とじ　吉野汁

ストリートファイター×檀原市 どこの国の料理？

今月は、ストリートファイターに登場するキャミィの出身国『イギリス』の料理フィッシュアンドタルタルソース が登場します！

キャミィ

©CAPCOM

1995年1月17日阪神淡路大震災
赤十字奉仕団により炊き出しが行われました。
現在も被災地や避難訓練などで
温かいお汁とおにぎりの炊き出しが行われています。

【献立紹介】赤十字団けんちん汁

〈ざいりょう　ひとりぶん〉

とうふ	…18ｇ
とりひきにく	…15ｇ
うすあげ	…10ｇ
だいこん	…10ｇ
にんじん	…10ｇ
しめじ	…6ｇ
こまつな	…8ｇ
つきこんにゃく	…10ｇ
さといも	…10ｇ
サラダあぶら	…1ｇ
だしパック	…5ｇ
しお	…すこし
こいくちしょうゆ	…4ｇ
でんぷん	…1ｇ
みず	…90ｇ

〈きりかた〉
とうふ…さいのめぎり　　にんじん…いちょうぎり
うすあげ…たんざくぎり　　しめじ…いしづきとりほぐす
だいこん…いちょうぎり　　こまつな…ざくぎり
さといも…かわをむいてはんげつぎり

〈つくりかた〉
① 鍋に油をひき鶏ひき肉を炒め、一旦取り出し余分な脂をきる。
② 同じ鍋にだしパックでだしをとる。
③ 大根、にんじん、しめじ、つきこんにゃくを入れて煮る。
④ 薄揚げ、小松菜、里芋、豆腐を加える。
⑤ 炒めておいた鶏ひき肉を加える。
⑥ 調味する。
⑦ でんぷんで少しとろみをつける。