

給食だより

平成28年1月

さいたま市立 美園 小学校
校長 榎山 正春



あけましておめでとうございます



新しい年がはじまり、3学期もスタートしました。毎日の食生活を大切にして、この1年も健康で元気に過ごしましょう。今年も安全でおいしい給食作りを…と、給食室一同はりきっています。よろしくお願いいたします。

1月は全国学校給食週間があります

1889（明治22）年に山形県鶴岡市の忠愛小学校で弁当を持ってこられない児童のために「おにぎりと焼き魚、漬物」の給食を用意したのが日本の学校給食のはじまりです。

やがてからだの弱い子や学校に来られない児童の救済のために全国各地で給食が実施されるようになりましたが、戦争が激しくなると給食は中断されました。

第2次世界大戦後、食糧事情は大変ひどく、栄養不足の子どもを救うために各国からの援助をもとに給食が再開されました。この援助はユニセフを通じて 1964（昭和39）年まで続けられました。

美園小学校では25日～29日を学校給食週間として、給食時間に調理員さんとの交流などや、さいたま市と姉妹・友好都市の料理等を実施します。



給食集会をしました



例年は1月の給食週間中に実施していた給食集会ですが、今年度は体育館の改修工事があるため、1ヶ月早く12月に実施しました。

1年生、4年生の代表児童から作文をいただきました。休憩時間にゆっくり読ませていただきました。ありがとうございました。

その後、給食委員会児童がクイズと劇をしました。

クイズでは、事前にとったアンケート結果をクイズ形式で発表したり、美園小で1回に食べるお米の量、給食を作り始める時間などが三択で出されました。

劇では、赤・黄・緑の給食戦隊タベルンジャーが、朝ごはんを食べなかった児童の前に現れた好き嫌いのあるノコスモンを撃退し、何でも食べることの大切さを教えてくれました。

その日の給食はアンケートで1位だったあげパンでした。



1月の給食について

- * 旬の食材(わかさぎ、たら、ぶり、れんこん、だいこん、みかんなど)を使います。
- * 11日は鏡開きです。お正月にお供えた鏡餅でおしるこやぜんざいなどにして食べます。給食では少し早いですが雑煮を出します。(8日)
- * 昭和20年代、捕鯨大国だった日本。給食でも鯨肉がたくさん使われていました。昔は、肉よりも安く、給食でもたくさん使われていましたが、今では貴重品になってしまい入手が困難で高級品になってしまいました。28日には、その鯨肉を使ってかりん揚げを作ります。
- * 郷土料理…さいたま市と友好都市の南会津町のある福島県(25日)、埼玉県(26日)
- * さいたま市と友好都市のナナイモ市のあるカナダの料理(27日)、姉妹都市のトルーカ市のあるメキシコの料理(29日)

食べ物を大切にしましょう

毎日食べている食事やおやつなどを、何気なく残していませんか。ほんの少しだと思っても、積み重なるとたくさんの量になります。



あきた



味がきらいだ



食べたくない



おなかがいっぱい

上のような理由から食べ物を残していることがありますか。私たちは生きていくためにたくさんの動物や植物の命をもらっています。そのことを考えればほんの少しでもむだにはできないはずです。

ひと口ひと口よく味わい、最後のひと粒、ひと切れまで大切に食べたいものですね。



「料理紹介」 ～こまつなのツナ和え 4人分～ 28日(木)の給食にでます

材料 4人分

こまつな 120g
キャベツ 100g
ホールコーン缶 40g
ツナ缶 20g
しょうゆ 大さじ1/2

作り方

- ① こまつなはゆでてかるく水をしぼって、2cmくらいに切る。
- ② キャベツもゆでて1cmくらいの短冊切りにし、水をきる。
- ③ ホールコーン缶、ツナ缶は水分をきっておく。
- ④ 野菜とツナをしょうゆで和える。

冬においしいこまつなに、子どもたちの好きなツナを混ぜ合わせた一品です。しょうゆは大量に作る給食での量をなっています。少量を作る家庭だと味が薄いかもしれません。味をみて、調整を試みてください。