

食育だより



令和6年1月
鹿児島市立紫原小学校
～毎月19日は食育の日～



1月24日～30日は『全国学校給食週間』です！

「全国学校給食週間」は、戦後にアメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められました。学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

学校給食の歴史を振り返ってみましょう。



明治22年
(1889年)

○学校給食の始まり

山形県鶴岡町にある小学校で、貧しくてお弁当を持ってこられない子供のために食事を出したのが始まりです。



昭和22年
(1947年)

○戦後、給食が再開

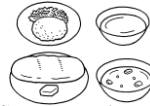
戦争の影響で中断されていた給食が、アメリカの民間団体から食料を支援してもらうことで再開されました。



昭和25年
(1950年)

○パン・ミルク・おかずの給食

支援された小麦粉を使ったパンと脱脂粉乳のミルク・おかずの給食が、都市部で始まりました。



昭和27年
(1952年)

東京都の調理員さんが考案したといわれています。当時は欠席した児童に給食のパンを届けていました。硬くなったパンをおいしく食べてもらうために油で揚げた砂糖をまぶすことを考えついたそうです。今でも人気メニューのひとつです。



昭和30年代

○大きなパンとくじら肉やちくわを使った給食

当時はおかずが少なく、パンで多くの栄養をとるために、今よりも大きなパンが提供されていました。今では貴重なくじら肉やちくわは当時値段が安く、よく使われていました。

昭和38年
(1963年)

○ソフトめんの登場

時間が経っても伸びないめんとして、ソフトスパゲティー式めん（ソフトめん）が開発されました。

昭和40年代

○脱脂粉乳から牛乳へ切り替わる

脱脂粉乳のミルクから牛乳に切り替わり、量も200ccになりました。当時は、瓶牛乳が主流でした。



昭和51年
(1976)

○米飯給食が正式に始まる

お米を使った給食が始まり、メニューも多くなっていきました。

昭和60年代

○バイキング給食やカフェテリア給食などが登場

栄養のバランスを考えて料理を選ぶことや、食事のマナーなどを学ぶための給食が行われ始めました。

現在

○学校給食は食事の提供だけではなく、栄養バランスや地域の食文化、感謝の気持ちなど様々なことを学ぶための「生きた教材」としての役割も担っています。

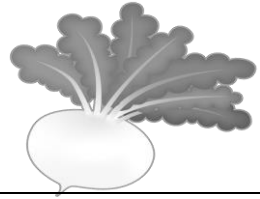


まるごと 鹿児島を味わおう！



鹿児島は、豊かな自然に恵まれた「食の宝庫」です。給食でも鹿児島県産の食材をたくさん使った料理や昔から鹿児島に伝わる郷土料理を多く取り入れています。鹿児島の食を味わい地域のすばらしさを感じてほしいものです。

～作ってみませんか？給食の献立より～



桜島大根を使った豚骨煮

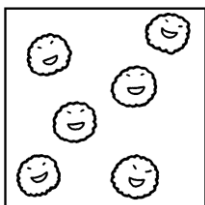
《材料》	《作り方》
<ul style="list-style-type: none"> ・豚とんこつ 100g ・豚もも肉 100g ・厚揚げ 100g ・にんじん 100g ・桜島大根 300g ・ごぼう 80g ・こんにゃく 75g ・さやいんげん 25g ・油 3g ・しょうが 5g ・焼酎 30cc ・黒砂糖 20g ・みりん 4g ・赤みそ 36g ・麦みそ 24g ・水 適量 	<ol style="list-style-type: none"> ① 材料は大きめに切る。 ② 豚とんこつ・豚肉はしょうがの半量と一緒に油で炒め、焼酎を加え臭みを抜く。 ③ 煮えにくいものから順に入れて煮る。（アクや油をとる） ④ 調味料、残り半量のしょうがを加えて煮込む。最後にいんげんを入れて仕上げる。

ふくれ菓子～鹿児島の郷土菓子～

《材料》 10 個分	《作り方》
<ul style="list-style-type: none"> ・薄力粉 170g ・ベーキングパウダー 6g(大さじ 1/2) ・卵 60g (L 玉 1 個) ・上白糖 70g ・黒砂糖 100g ・はちみつ 30g ・サラダ油 10g ・水 140cc ・アルミカップ 10個 	<ol style="list-style-type: none"> ① 薄力粉・ベーキングパウダーはふるいにかける。 ② 卵を割ってほぐし水、油とよく混ぜる。 ③ 砂糖、はちみつを加えてよく混ぜ合わせる。 ④ ①の粉をダマにならないように少しずつ混ぜていく。 ⑤ アルミカップ等につき分けて蒸し器で 10～12 分強めの中火で蒸しあげていく。

冬の食中毒

ノロウイルスに注意！



ノロウイルスはウイルスの中でも小さく、球形をしています。冬に流行することが多く、感染するとおう吐や下痢などを起こします。予防には右表のように、手洗いや食品の十分な加熱が大切です。

- 石けんを使って
ていねいに手を洗う
- 食品の中心部まで
(85～90℃で90秒間
以上)加熱する

