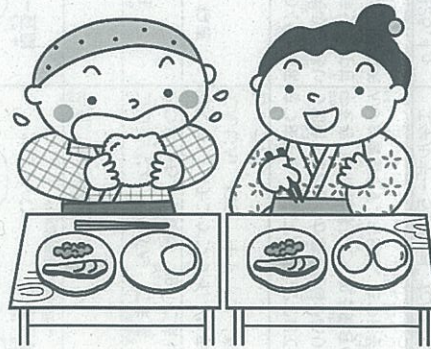


1月食育たより



R5.1月
水俣市学校給食センター
文責 山崎・高木

1月24日～30日は
ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
全国学校給食週間です



日本の学校給食は、明治時代に山形県鶴岡市で昼食を持参できない子どもたちのために、おにぎりや魚、漬物を用意したのが始まりです。

その後、徐々に全国各地へと学校給食が広がっていきましたが、戦争の影響で一時中断されてしまいます。戦後、海外からの救援物資で再開された学校給食は、栄養が不足しがちだった多くの子どもたちを救いました。今は豊かになった日本ですが、当時の気持ちを忘れないために設けられたのが「全国学校給食週間」です。

食べ物にあらためて感謝し、生涯にわたって心豊かな生活を送ることができるよう、子どもたちの健康な心と体を育み、大切な食文化を未来に伝えていく学校給食の役割について考える一週間にしましょう。

がっこうきゅうしょく れきし ～学校給食の歴史～



おにぎり、焼き魚、つけもの

脱脂粉乳、トマトシチュー

脱脂粉乳、コッペパン、ジャム
くじらの竜田揚げ、せんきゃべつ

今の給食は?
ご飯を中心とした和食の献立を基本に、郷土料理や行事食を提供しています。また、世界の多様な食文化への理解を深めることを目的とし、様々な国の料理も取り入れています。



牛乳、ごはん、筑前煮、
フルーツヨーグルト、チーズ

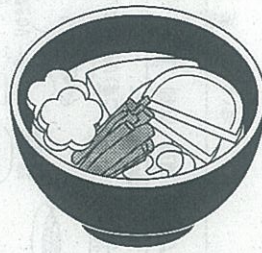


牛乳、ソフト麺、甘酢和え
黄桃、チーズ



でんとうてき ぎょうじしょく し
伝統的な行事食を知ろう!!

ぞうに 雑煮

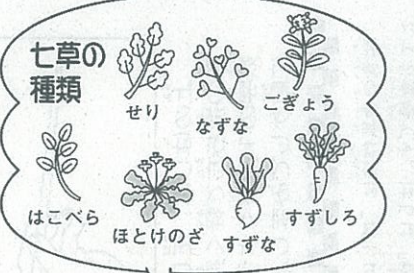


お正月に「雑煮」を食べる習慣は室町時代からありました。年越しのときにお供えたもちを、ほかの材料といっしょに煮て食べたのが始まりです。昔は今と違い、もちは特別な行事のときだけ食べることができた大切な食べ物でした。雑煮は、地域によってずいぶん違います。関東はしょうゆ味、関西はみそ味です。もちの形も、関東は四角い切りもち、関西は丸いもち。焼いて入れたり、ゆでて入れたりします。ほかの材料は、その土地でとれる物を入れて作ることが多いようです。

ななくさ 七草がゆ



1月7日は「七草」といって、春の七草を入れたおかゆを食べる風習があります。これは、1年間病気をせず、無事に暮らせることを祈って食べるものです。七草は「せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな(かぶ)・すずしろ(だいこん)」です。それぞれ体のためになる働きがあり、お正月にごちそうを食べたおなかを休ませる意味もあります。



おじ給食弁さんの給食センター紹介!!

みなさん、明けましておめでとうございます。お兄さん…おじさんはお正月、お餅を食べながら、サッカー・駅伝・ラグビーなど、頑張る選手たちをテレビで応援していました。今回は、給食と言ったら…そう！ごはんです。ということで、「炊飯室」を紹介します。では問題です。給食では1日何kgのお米を使用しているのでしょうか？…正解は150kgです！5kgの米袋を30袋も使用しています。しかも、水俣・芦北地域で収穫されたお米を使っています。だから給食のご飯は美味しいんです！！写真①・②・③は炊飯室での作業風景です。炊飯釜を23台も使用して、お米を炊きます。釜がベルトコンベアの上を流れていくうちに炊き上がり、約40分程度で美味しいご飯の出来上がりです。しかし、機械まかせでご飯を炊いている訳ではありません。その日の温度・天候で、水の量や火加減を調整します。調理員さんのプロの技もあるんです。毎週水曜日は白ごはん、月・火(隔週)・木曜日は麦ごはんです。愛情のこもったご飯、楽しみにしときなせよ。それでは、また次回！

