

1月食育たより

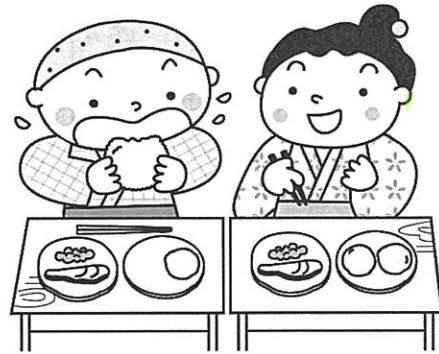
R6.1月
水俣市学校給食センター
文責 山崎・高木



がつ しょくぶんか し 1月の食文化について知ろう

1月は「睦月」ともいいます。「みんなで仲睦まじくする月」ということからこう名付けられました。お正月が終わっても、1年の幸せを願ったさまざまな行事食が食べられます。

がつ か にち
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

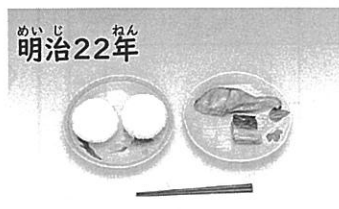


日本の学校給食は、明治時代に山形県鶴岡市で昼食を持参できない子どもたちのために、おにぎり^{おにぎり}と魚、漬物^{つけもの}を用意したのが始まりです。

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～



明治22年
おにぎり、焼き魚、つけもの



昭和22年頃
脱脂粉乳、トマトシチュー



昭和27年頃
脱脂粉乳、コッペパン、ジャム
くじらの竜田揚げ、せんキャベツ



昭和50年頃
牛乳、ごはん、筑前煮、
フルーツヨーグルト、チーズ



昭和40年頃
牛乳、ソフト麺、甘酢和え
黄桃、チーズ

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。

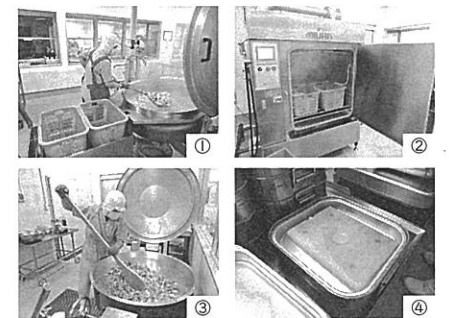
おじ給食お兄ちゃんの

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。冬休みは元気に過ごしましたか?おじちゃんは、餅つきや凧揚げをして冬休みを楽しみました!今回は、おいしいサラダ(和え物)作りの工程を紹介したいと思います。給食センターでは、サラダで使用する生野菜等は、衛生上、熱湯で一度ゆがいています。※写真①
次に、ゆがいた野菜は「真空冷却機」という機械の中に入れます。するとどうでしょう!10分ほどで90℃近くあった野菜の温度が10℃にまで下がります。※写真②

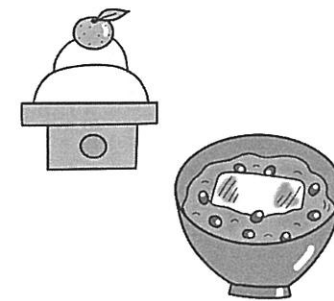
そして、サラダ調理専用の部屋に運び、調味料を加えて和え、仕上げに愛情も加えるとおいしいサラダの出来上がりです!※写真③ 給食センターでは、サラダ用の食缶に保冷剤を使用しています。その為、常にサラダは冷たい状態で、シャキシャキとしたおいしい食感を味わえます。※写真④
今月はおじちゃんの大好きな「コロコロサラダ」があります。みなさん楽しみにしときなせよ。それでは、また次回!



せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのぞ、すすな(かぶ)、すすしろ(大根)の春の七草を刻んだおかゆを食べて、おせち料理で疲れた胃を休め、1年の健康を祈ります。



かがみひら 鏡開きのおしるこ



お正月のもちを下げ、切るのではなく、木づちなどで割ってお汁粉や雑煮にします。ただし、「割る」という言い方は避け、未広がり縁起のよい言葉である「開く」を使います。

こしょうがつ あずき 小正月の小豆がゆ



1月15日は昔の暦では、必ず満月になりました。その年の作物の出来を占う行事や、門松などを焼くどんど焼きなどが行われます。この日に小豆がゆを食べる地域もあります。