



# きゅうしょく 給食だより

江戸川区立平井小学校  
校長 渡邊 法子  
栄養士 宗 美恵子

みなさん、<sup>たの</sup>楽しい<sup>らゆやす</sup>冬休みを<sup>す</sup>過ごすことができたでしょうか。<sup>きもち</sup>気持ちを<sup>あら</sup>新たに、<sup>はやねはやお</sup>早寝早起き朝ごはん<sup>あきご</sup>で生活リズムを取り戻して、<sup>げんき</sup>元気に<sup>とうこう</sup>登校します。



しょうわ ねん  
昭和25年  
(1950年)



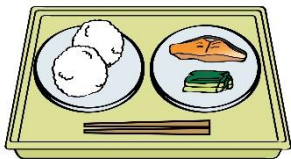
せんご さいかい  
戦後に再開した給食は、<sup>きゅうしょく</sup>コッペパンに  
だっしふんにゅう ちゅうしん  
脱脂粉乳が中心でした。



がつ か にち ぜんこくがつごうきゅうしょくしゅうかん  
1月24日~30日「全国学校給食週間」  
にほん がつごう きゅうしょく  
日本の学校給食の歴史を知ろう!

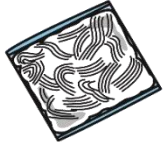
めいじ ねん  
明治22年  
(1889年)

がつごうきゅうしょく めいじ ねん やまがたけん ちゅうあいしょうがっこう  
学校給食は明治22年、山形県の忠愛小学校で、  
せいかつ こま ことちも むしょう ちゅうしょく だ  
生活に困っている子供たちへ、無償で昼食を出した  
のが始まりとされています。当時の献立は、おにぎり、  
はし とうじ こんだて  
塩さけ、漬物といわれています。



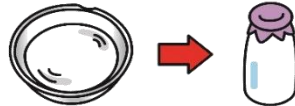
しょうわ ねん  
昭和30年ごろからは…

しょうわ ねん  
昭和38年  
(1963年)



しゅしょく  
主食として、  
めん どうじょう  
ソフト麺が登場  
する

しょうわ ねん  
昭和39~43年  
(1964~1968年)



だっしふんにゅう ぎゅうにゅう き か  
脱脂粉乳から牛乳へ切り替わる

しょうわ ねん  
昭和51年  
(1976年)

べいはんきゅうしょく せいしき はし  
米飯給食が正式に始まる



げんざい  
そして現在は、バラエティに富んだ給食が提供されるようになりました。  
きゅうしょく  
給食はみなさんの健康のもととなる、おいしい教材です!



## レシピ紹介【米粉のケーキ】

「レシピを教えてください!」と何人もが声をかけてくれました。



メープル【材料】	5個分
米粉	60g
ベーキングパウダー	3.5g
メープルシュガー	20g
さとう	10g
メープルシロップ	20g
豆乳(牛乳でも可)	50g
サラダ油	25g

ココア【材料】	5個分
米粉	60g
ベーキングパウダー	3.5g
純ココア	10g
さとう	50g
豆乳(牛乳でも可)	50g
サラダ油	25g

【作り方】①米粉、ベーキングパウダー、砂糖(とココアやメープルシュガーなど)を合わせてふるう。  
②豆乳と油(とメープルシロップ)を少しずつ入れてよく混ぜる。③マフィンカップに入れてオーブンで焼く。  
(180℃20分程度)④粗熱がとれたらお好みで粉糖(分量外)をかけて仕上げる。

