

1月給食だより

令和7年 1月号
江戸川区立春江小学校
学校長 小林 麻子
栄養士 原村 恵

とし あ あたり いちねん はじ がっこう いちねん がっき はじ
年が明け、新しい一年が始まるとともに、学校では一年のまとめとなる3学期が始まりました。

べんきょう うんどう じぶん ちから はっき あさ はん じゅうよう あさ ひ こ きび お
勉強や運動に自分の力をしっかりと発揮していくためには、朝ご飯が重要です。朝の冷え込みが厳しく、起きるのが

きせつ はやねはやお きそくただ せいかつしゅうかん み つ あさ はん かなら た どうこう
つらい季節ですが、早寝早起きの規則正しい生活習慣を身に付け、朝ご飯を必ず食べて登校するようにしましょう。

《 今月の栄養目標 》



た もの はたら かんが
食べ物の働きを考えましょう！

た もの はたら
食べ物にはそれぞれ働きがあります。



【あかの食品】



【きいろの食品】



【みどりの食品】

1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和

25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



学校給食の移り変わりを見てみよう！



明治22年

私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。

戦後（昭和20～30年代）

支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。

現在

地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。

1月27日(月) 東京都の郷土料理

《佃煮》

今では全国各地で食べられている佃煮は、江戸時代から保存食として食べられてきた東京都の名産品です。佃島(現在の東京都中央区周辺)で生まれたことから、この料理名がついたとされています。

《コロッケ》

明治時代の文明開化により西洋料理が普及し、日本風アレンジされた料理です。東京都で明治時代初期にホテルやレストランで提供されるようになり、明治時代中期には家庭にも浸透しました。

《ちゃんこ汁》

「ちゃんこ」とは、力士達が食べる料理のことです。肉や野菜、魚介類などさまざまな具材を煮て作り、栄養も豊富です。東京都各地で元力士たちが出店し、ちゃんこ汁の味を継承しています。

1月28日(火) ロシアの料理

《ストロガノフ》

ロシアの郷土料理の一つです。肉・玉葱・マッシュルームなどを炒めて、スープで煮込んでから、サワークリームを加えるのが特徴です。

サワークリームは酸味があるため、給食では子どもでも食べやすい味になるように、生クリームを使用して作ります。

《オリヴィエサラダ》

肉や角切りの野菜をマヨネーズで和えた、ロシアの伝統的なサラダです。リュシアン・オリヴィエシェフが考案したサラダであり、料理名は彼の名前に由来しています。

《給食週間の献立》

☆1月24日(金) バースデー給食

☆1月27日(月) 東京都の郷土料理

☆1月28日(火) ロシアの料理

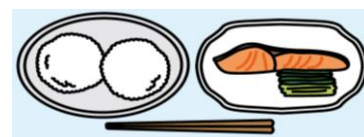
☆1月29日(水) 昔の給食(明治22年ごろ)

☆1月30日(木) セレクト給食

29日は昔の給食を提供します!

《献立》

- ・ごはん
- ・鮭の塩焼き
- ・キャベツとじゃこのお浸し
- ・すいとん汁



学校給食が始まったばかりのころの給食は、塩おにぎり・鮭の塩焼き・漬物といった内容でした。今回は、現在の基準で必要な栄養をとれるようにアレンジしています。

30日のセレクト給食は、1年1組・5年1組のリクエストです!

今月のセレクト給食は、12月までに給食の残食が特に少なかった学級からリクエストを募集しました。

今回はうどんのセレクトです。1年1組からは肉汁うどん、5年1組からはカレーうどんのリクエストをいただきました。肉汁うどんは、豚肉や油揚げ、長ねぎをたっぷり使用した、しょうゆ味のかけうどんです。カレーうどんは春江小全体でも人気のあるメニューです。どちらを食べるのか、考えておきましょう。

また、今後も残食が少ない学級にはリクエストを聞きに行く予定です。お楽しみに!



給食クイズ

日本で給食が始まったのはいつでしょう?

- ① 明治時代
- ② 大正時代
- ③ 昭和時代

★ヒント：左のページを読んでみましょう!

