



1月 きゅうしょくだより



だざいふし がっこうきゅうしょくかい 太宰府市学校給食会

あたら とし むか いちねん もくひょう た ひと おお
新しい年を迎え、一年の目標を立てた人も多いのではないのでしょうか。
もくひょう たっせい けんこうだいいち えいよう しょくじ こころ きそくただ せいかつ おく
目標を達成するためにもまずは、健康第一です。栄養バランスのよい食事を心がけ、規則正しい生活を送りましょう。

1月24日から30日は、全国学校給食週間です！

せんそう ちゅうだん がっこうきゅうしょく しょうわ ねん がつ か さいかい きねん きゅうしょくしゅうかん はじ
戦争により中断していた学校給食が昭和21年12月24日に再開したことを記念してこの給食週間が始まりました。
ふゆやす かせ げつご がつ か きゅうしょくきねんび がつ か いっしゅうかん ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
冬休みと重なるため、1か月後の1月24日を「給食記念日」とし、1月24日からの一週間を「全国学校給食週間」として
います。学校では、食べ物や給食作りに関わる方たちへの感謝、食べることの大切さを考える期間にしています。

☆ 学校給食の献立の移り変わり

めいじ ねん
明治22年



おにぎり 塩づけ 漬物

やまがたけん ちゅうあいしょうがっこう
山形県の忠愛小学校で
お弁当を持ってこれない
児童に、昼食として提供し
たことが、学校給食の始
りと言われています。

しょうわ ねんころ
昭和27年頃



コッパン ジャム 脱脂粉乳
くじらの竜田揚げ せんキャベツ

がいこく しえんぶつし おく
外国から支援物資が贈ら
れ、全国でパン・脱脂粉乳
(ミルク)・おかずの給食が
行われました。

しょうわ ねんころ
昭和52年頃



カレーライス 牛乳
塩もみ くだもの(バナナ)

パンが中心の給食から、
少しずつ米飯給食が増えて
いきました。月に数回でし
たが、とても人気がありま
した。

いま きゅうしょく
今の給食

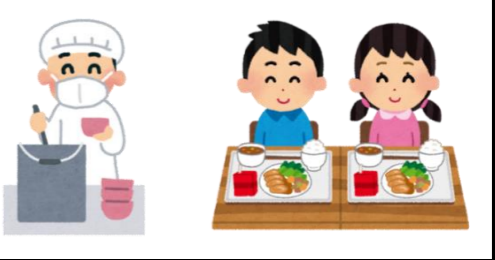


きょうじしょく きょうどりょうり せかい
行事食、郷土料理や世界
の料理などバラエティ豊か
になりました。
バランスのよい食事のお
手本になるよう教材として
の役割も担っています。

かてい ほごしゃ かた こ ころ
ご家庭でも保護者の方の子ども頃の
給食の思い出について、お子さんと話を
してみてください。いかがでしょうか。



- ・ 好きだった給食は？
- ・ 給食の時間の印象深い出来事は？
- ・ 今の給食と同じところ、違うところは？




だざいふし ないかくしょうがっこう がっこうきゅうしょくしゅうかん と く
～太宰府市内各小学校での学校給食週間の取り組み～

- 給食の調理の様子ビデオ放送を見て、給食ができるまでの過程を理解し、給食の準備や給食に向き合う姿勢を見直すようにする。
- 給食委員会で給食の歴史を知らせる活動を行う。
- 調理員さんへ感謝の気持ちを伝えるメッセージを作成する。

給食の献立より ☆白菜と肉団子のスープ☆

ふゆ しゅん はくさい つか はくさい かぜ よぼう おお かく
冬が旬の白菜を使ったレシピです。白菜には風邪を予防するビタミンCが多く含まれています。
はくさい にくだんご びたみんc は みず と 溶けやすいので、スープにすると、しっかり栄養をとることができますよ。

ざいりょう にんぱん <材料(4人分)>	つく かた <作り方>	
にくだんご れいとう 肉団子(冷凍) 150g	① 白菜は1cm幅に切り、干し椎茸は戻して薄くスライス、 たま 玉ねぎもスライス、葉ねぎは小口切りにする。	
はくさい 白菜 100g	② 白菜、干し椎茸、玉ねぎ、水を鍋に入れて煮る。	
ほししいたけ 干し椎茸 2枚	③ 肉団子を入れ、火が通ったら調味料を入れて味を調える。	
たま 玉ねぎ 80g	④ 仕上げに葉ねぎを入れる。	
ねぎ 適量		
とり 鶏ガラスープ 大さじ1/2		
さけ 酒 小さじ1		
うすくちしょうゆ 大さじ1/2		
しお 塩・こしょう 少々		
みず 水 500cc		

★にんじんや大根など、家にある野菜を加えてもおいしくできますよ。

(給食1人分) 熱量 62kcal たんぱく質 3.9g 食塩相当量 0.8g

※調味料はお好みで調整してください。