

給食だより 1月

新年あけましておめでとうございます。

新しい年になりました。年末年始の忙しさで疲れが出てきて、体調をくずしやすい時期です。規則正しい生活と、栄養バランスのとれた食事で、この1年も健康で元気に過ごしましょう。

1/24~1/30 全国学校給食週間 給食の歴史&献立の変遷

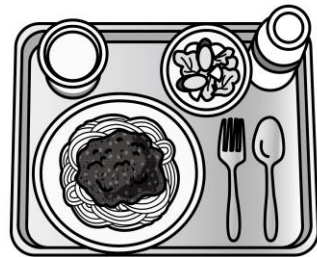


学校給食の起源は、明治22(1889)年にさかのぼります。山形県の大督寺(だいくじ)というお寺の中にあった小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたちに、昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが、戦争による食糧不足などの影響で中断されました。



★昭和21(1946)年12月24日に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、冬休みと重なるため、昭和25(1950)年度からは1月24日~30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

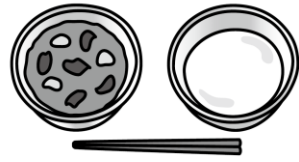
昭和40年代ごろの給食



パンの種類も増え、めん類も提供されるようになりました。脱脂粉乳は牛乳へと切り替わりました。

ミートスパゲッティ・牛乳・フレンチサラダ・プリン

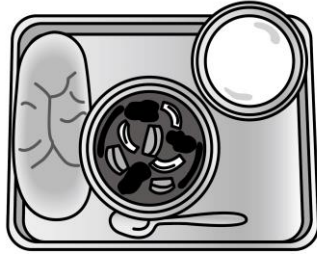
昭和22年ごろの給食



トマトシチュー・ミルク

脱脂粉乳や缶詰などの物資を使って給食が作られました。

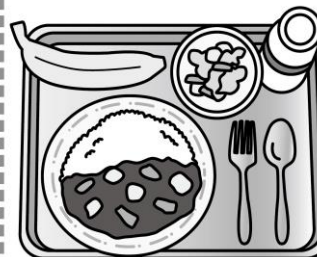
昭和25年ごろの給食



コッペパン・ミルク・カレーシチュー

アメリカから贈られた小麦粉を使って、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まりました。

昭和50年代ごろの給食

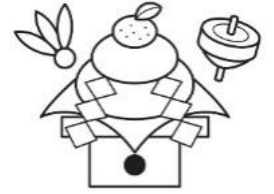


カレーライス・牛乳・塩もみ・バナナ

昭和51年にご飯が正式に導入されて、献立の内容も豊かになっていきました。

予定献立表

※牛乳は毎日付きます。
 ※材料の都合により献立が変更になる場合があります。
 ※17日の誕生日給食は1月生まれの人にケーキを出します。
 ※★印はリクエストメニューです。
 ※◎印は宮城の郷土料理・特産物・地場産物を使っています。



1月8日(月)	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)
成人の日	麦ご飯 チキンカレー フルーツのゼリー和え	ご飯 さわらの西京焼き 小松菜のごま和え 仙台風雑煮 いちご	ご飯 メンチカツ ひじきの炒り煮 みそ汁	ご飯 ジャージャン豆腐 豆もやしの中華あえ 青梗菜のスープ りんご
	エネルギー860kcal 蛋白質25.7g 脂質19.9g	エネルギー841kcal 蛋白質34.7g 脂質17.9g	エネルギー859kcal 蛋白質30.2g 脂質27.0g	エネルギー904kcal 蛋白質34.0g 脂質30.1g
1月15日(月)	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)
ご飯 豚肉のピリ辛焼き 切り干し大根の炒り煮 みそ汁 みかん	★揚げパン チーズ入りハンバーグ ★ポトフ キウイフルーツ	<誕生日給食> ご飯 白身魚フライ ほうれんそうのおひたし けんちん汁	しょうゆラーメン シュウマイ フルーツ入り 杏仁豆腐	ハムと卵のケチャップライス フレンチサラダ コーンスープ ★アセロラゼリー
エネルギー864kcal 蛋白質34.1g 脂質26.4g	エネルギー828kcal 蛋白質32.7g 脂質33.7g	エネルギー837kcal 蛋白質27.5g 脂質25.3g	エネルギー816kcal 蛋白質33.4g 脂質25.5g	エネルギー935kcal 蛋白質30.3g 脂質28.8g
1月22日(月)	1月23日(火)	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)
ご飯 豆腐の中華煮 青梗菜の中華和え 中華コーンスープ ポンカン	麦ご飯 ★キーマカレー フルーツのヨーグルト和え	ご飯 ◎笹かまの カレー醤油焼き 五目豆 ◎芋煮汁	チキンライス マカロニサラダ ◎ねぎのスープ いちご	◎油心井 ほうれんそうのごま和え ひきな汁
エネルギー865kcal 蛋白質35.9g 脂質24.2g	エネルギー858kcal 蛋白質29.7g 脂質26.2g	エネルギー800kcal 蛋白質39.0g 脂質17.3g	エネルギー822kcal 蛋白質26.9g 脂質24.3g	エネルギー837kcal 蛋白質32.2g 脂質23.8g
1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	今月は「給食記念日」(1/24)に給食が始まった頃のメニューを実施します。また、「給食週間記念メニュー」として、24日~31日に宮城県の郷土料理などを取り入れた給食を予定しています。	
ご飯 豚肉のかりん揚げ すき昆布の炒め煮 ◎うーめん汁	ごはん 鮭の塩焼き 肉じゃが ◎はっと汁	ソース焼きそば わかめ入り ホタテ風味スープ ★大学芋		
エネルギー845kcal 蛋白質32.3g 脂質25.7g	エネルギー813kcal 蛋白質40.0g 脂質16.7g	エネルギー819kcal 蛋白質31.5g 脂質27.1g		