



## &lt;目標&gt; 給食週間について知ろう

日曜	献立	働く力のもと(黄)	血・肉・骨をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)
22 金	ごはん/牛乳	ごはん	牛乳	
	おでん	こんにゃく、三温糖、黒砂糖	焼き豆腐、焼きちくわ、がんもどき、うずら卵	にんじん、大根、たけのこ
	もやしのおひたし 時雨こんぶ		こんぶ	もやし、ほうれん草 561kcal
25 月	ごはん/牛乳	ごはん	牛乳	
	肉じゃが	じゃがいも、しらたき、植物油、三温糖、黒砂糖	豚肉	たまねぎ、にんじん、グリーンピース
	厚焼き卵 りんご		厚焼き卵	りんご 703kcal
26 火	ごはん/牛乳	ごはん	牛乳	
	ガタタンラーメン	ラーメン、ごま	豚肉、えび、ほたて、いか、つと	白菜、にんじん、もやし、たけのこ、きくらげ、長ねぎ
	ポテトコロッケ バナナ	じゃがいも 白絞油		バナナ 632kcal
27 水	ごはん/牛乳	ごはん	牛乳	
	みそ汁	じゃがいも	豆腐、油揚げ、わかめ、みそ	長ねぎ
	ほっけ塩焼き たくあん(2)		ホッケ	たくあん
	給食週間ミルクプリン	給食週間ミルクプリン		650kcal
28 木	ソフトフランスパン/牛乳	パン	牛乳	
	イカ団子のビーフ汁	ビーフ	イカ	にんじん、タケノコ、木耳、ちん
	鶏肉のマリネソテー	でん粉、白絞油、三温糖、植物油	鶏肉	たまねぎ、にんじん、ピーマン
	マーシャルピンズ	マーシャルピンズ		660kcal
29 金	ごはん/牛乳	ごはん	牛乳	
	四湖豆腐	さんおんとう、でん粉、植物油	豆腐、豚肉	たけのこ、にんじん、しいたけ、長ねぎ、しょうが、グリーンピース
	茎わかめともやしの中華あえ 冬みかん	ごま、ラー油、三温糖	茎わかめ	もやし、にんじん、しょうが 冬みかん 652kcal

給食週間メニューの日



## 学校給食の歴史と役割について

昔の給食には、どんなものが出ていたのでしょうか？



## 学校給食の歴史を振り返ってみましょう！

明治22年(1889年)	昭和38年~43年(1963~1968年)
山形県の小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたちのために食事を提供したが、日本の学校給食の始まりとされます。 	昭和38年に「ソフトめん」が登場。また昭和39年~43年ごろにかけて脱脂粉乳から牛乳へと切り替わりました。 
昭和25年(1950年)	昭和51年(1976年)
アメリカから寄贈された小麦粉を使い、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が都市部で初めて実施されました。 	米飯(ご飯)給食が正式に始まりメニューの幅が広がりました。 

## 学校給食の歴史クイズ

問1 学校給食の始まりはいつでしょう？

- ①江戸時代      ②明治時代      ③大正時代

問2 昭和30年代には、クジラの肉を使った給食が作られましたが、それはなぜでしょう？

- ①おいしかったから      ②作りやすかったから      ③安かったから



答え 問1 ②[明治22年に開始] 問2 ③[クジラ肉は、牛肉や豚肉よりも安く、手に入りやすい食材だった]

☆1月の中学年の平均栄養価は カロリー653kcal、たんぱく質26.3g、脂質20.1g、食塩2.6g、カルシウム3600mg、鉄2.8mg マグネシウム95mg、ビタミンB<sub>1</sub> 0.38mgビタミンB<sub>2</sub> 0.51mg ビタミンA215RE(レチノール)、ビタミンC 20g 食物繊維5.0g \*学校行事、物資の都合で献立が変更となる場合があります