



給食指導資料 2022年1月 < 24日~31日 >



給食(きゅうしょく)がはじまったころのこんだて

<目標> 給食週間について知ろう

日曜	こんだて	はたらく力のもと(黄)	血・肉・骨をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)
24 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	ぶたにく 豚肉	たま 玉ねぎ, にんじん, グリンピース
	茎わかめともやしの中華あえ	ごま, ラー油, 三温糖	くき 茎わかめ	もやし, にんじん, しょうが
	胚芽入りふりかけ 604kcal	はいがい 胚芽入りふりかけ		
25 火	米粉コッパン/牛乳	パン	牛乳	
	白花豆のシチュー	じゃがいも, 植物油, 小麦粉, バター	しろはなまめ 白花豆, てぼうまめ 手豆, ベーコン, 牛乳	たま 玉ねぎ, にんじん, とうもろこし, パセリ
	ハンバーグカクテルソース	さんおんとう 三温糖	ハンバーグ	
	ミニトマト(2) 627kcal			ミニトマト
26 水	麦飯/牛乳	麦ごはん	牛乳	
	みそ汁	給食週間(きゅうしょくしゅうかん)メニュー		なが 長ねぎ
	鮭フライ			とうふ 豆腐, あぶらあ 油揚げ, みそ
	たくあん(2)			さけ 鮭
給食週間ゼリー 684kcal	きゅうしょくしゅうかん 給食週間ゼリー			
27 木	ミルクパン/牛乳	パン	牛乳	
	イカ団子のビーフン汁	ビーフン	かいせん 海鮮ボール	にんじん, たけのこ, きくらげ, チンゲン菜, 長ねぎ
	卵ロール		たまご 卵ロール	
	スパイシーポテト 663kcal	じゃがいも, 白絞油		
28 金	ごはん/牛乳	ごはん	牛乳	
	ビビンバ	さんおんとう 三温糖, しょうぶつゆ 植物油, ごま油, ごま	ぶたにく 豚肉, とうふ 豆腐	たけのこ, しょうが, ほうれん草, もやし, にんじん
	わかめスープ	ごま, ごま油	わかめ	なが 長ねぎ, しいたけ
	冬みかん 566kcal			ふゆ 冬みかん
31 月	ごはん/牛乳	ごはん	牛乳	
	うま煮	さつまいも, こんにやく, 三温糖, 黒砂糖	とりにく 鶏肉, つと, こうやどうふ 高野豆腐	にんじん, ごぼう, たけのこ, しいたけ, グリンピース
	さばしょうが煮		さばしょうが煮	
	りんご 695kcal			りんご

学校給食の歴史と役割について

昔はどんな給食が食べられていたのでしょうか？
昔の給食を見てみよう！

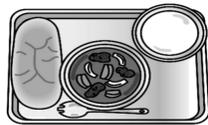


給食の歴史について知ろう！

○ 明治22年(1889年) ~学校給食の始まり~
山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)にある小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子のために食事を出したのが始まり。

○ 昭和25年(1950年) ~パン・ミルク・おかずの給食に変わる~

支援の小麦粉を使って作られたパンと、
脱脂粉乳のミルク、おかずの給食が、
都市部で始まる。



旭川市では、昭和21年から小学校の一部で給食が始まりました。

○ 昭和38年(1963年) ~ソフトめんの登場~
パン以外の主食として、昭和38年ごろからソフトめんが登場する。



○ 昭和39年~43年(1964~1968年)
脱脂粉乳から牛乳へ切り替わる。



○ 昭和51年(1976年)
米飯給食が正式に始まり、メニューも多くなっていく。



学校給食の歴史クイズ

問 学校給食は何時代に始まったのでしょうか？

- (① 江戸時代 ② 明治時代 ③ 大正時代)



答え ②(明治22年に山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の小学校で始まったとされる)

☆1月の中学年の平均栄養価は カロリー623kcal、たんぱく質25.3g、脂質19.5g、食塩2.5g、カルシウム358mg、鉄2.7mg、マグネシウム92mg、ビタミンA221RE(レチノール)

ビタミンB0.38mg、ビタミンB2 0.053mg、ビタミンC29g、食物繊維6.4g、亜鉛3.0mg * 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