

平成24年 1月分 こんだてよといひょう パート2

戸田市立戸田第一小学校

ひょうぶ	こんだてめい	しょくひんめい				エネルギー (100g)	たんぱく質 (グラム)
		ちからやねつになる	ちやにくをつくる	からだのちようしをととのえる	もりつけず		
全国学校給食週間(1/24~1/30) ☆24日から3日間は給食週間献立です☆							
24 火	コッペパンスライス(ジャム)	パン ジャム(さとう)	(スキムミルク)	(いちご)		641	27.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				
	くじらのオーロラソースふう	あぶら かたくりこ さとう	くら	にんにく しょうが			
	せんざりキャベツ			キャベツ			
	やさいスープ	あぶら		にんじん たまねぎ もやし こまつな とうもろこし			
<p>(昭和27年ごろの給食・・・コッペパン(ジャム)・脱脂粉乳・くじらのたつたあげ・せんざりキャベツ) 戦争が終わって日本がまだ貧しいころ、子どもたちの栄養をとるためにユニセフから脱脂粉乳、アメリカから小麦粉をもらい、給食が作られるようになりました。</p>							
とどろきカレーの日							
25 水	カレーライス ★	こめ むぎ あぶら じゃがいも こむぎこ はちみつ	とりにく	にんにく しょうが にんじん たまねぎ りんご		634	20.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				
	グリーンサラダ	さとう ごまあぶら ごま		キャベツ きゅうり とうもろこし			
	バナナ			バナナ レモン			
<p>(昭和51年ごろの給食・・・カレーライス・牛乳・スープ・くだもの) 昭和51年からごはんが主食として出るようになりました。</p>							
26 木	ごはん	こめ あぶら				601	27.7
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				
	さけのおやき		さけ	はくさい きゅうり にんじん ゆず			
	はくさいのかおりづけ	さとう		こまつな にんじん ねぎ			
	みそしる	じゃがいも	あぶらあげ みそ				
ごましようゆ	ごま						
<p>(明治22年ごろの給食・・・おにぎり・焼き魚・つけもの) 学校給食が始まったころのこんだてです。</p>							
27 金	スパゲッティミートソース	スパゲッティ オリブオイル さとう こむぎこ	ぶたにく だいず	たまねぎ にんじん トマト		670	27.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				
	かいそうサラダ	さとう ごまあぶら ごま		かいそう とうもろこし キャベツ きゅうり			
	あまなつみかんゼリー	さとう	ゼラチン	なつみかん かんてん			
30 月	キムチチャーハン	こめ むぎ ごまあぶら	やきふた	にんにく しょうが にんじん ねぎ はくさいキムチ		645	23.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				
	あげぎょうざ	こむぎこ パンこ でんぶん さとう あぶら	ぶたにく	キャベツ たまねぎ しょうが			
	ちゅうかふうかきたまスープ	ごまあぶら かたくりこ	たまご	にんじん たまねぎ もやし わかめ チンゲンサイ しょうが			
	ヨーグルト	さとう	ヨーグルト				
31 火	そぼろごはん	こめ あぶら さとう かたくりこ	ぶたにく ちくわ	たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが		601	25.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				
	こんにやくサラダ	さとう ごまあぶら あぶら		きゅうり わかめ こんにやく たまねぎ にんにく			
	みそしる		あぶらあげ みそ	だいこん ねぎ ぼんかん			

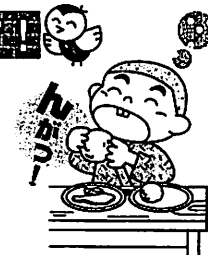
※ 使用している食材をすべて記載しているわけではありません。アレルギー等を知りたい食品がありましたら、学校の栄養士までご相談ください。

※ 材料の入荷等の都合により、献立を変更することがありますご了承ください。

全国学校給食週間が始まります!

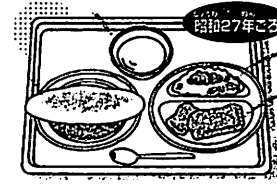
1月24日～30日は全国学校給食週間です。この1週間は、学校給食の意義や役割について、たくさんの人を知ってもらい、これからの学校給食について考えてもらうため、全国各地でいろいろな取り組みが行われます。

学校給食が始まって今年で123年。学校給食の始まりは明治22年(1889年)、山形県にある小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために食事を出したのが始まりです。その後、戦争による食料不足で中断された学校給食ですが、子どもたちの栄養不足が心配され、外国からの援助物資で再開することができました。



昔の学校給食を 見てみよう

ミルク
脱脂粉乳(牛乳から脂肪分を取り除いて粉にしたもの)。昔は150グラム、今は100グラムです。



せんざりキャベツ
昔は150グラム、今は100グラムです。



現在では、食料不足だった戦後から大きく変わり、たくさんの食品から何が自分に必要かを選び、考えて食べることが求められています。そのような背景から、学校給食も、「学校で食べるお昼ごはん」としてだけでなく、「生きていくための食生活の教材」としてみなさんの食生活のお手本となるように考えられて献立が決められています。

コッペパン
1個が約100グラムで、約1.5倍くさい大きさだった。昔は150グラムにジャムやマーガリンがこくとせ。

