

きゆうしよく 1月給食だより

保護者162号

令和5年1月9日(火)
清瀬市立清瀬第三小学校
校長 水野 恵美子
栄養士

1月24~30日 全国学校給食週間

全国学校給食週間は、学校給食について児童や教職員、保護者、地域住民の理解と関心を深めることを目的に実施されています。学校給食は、もともと貧しい子供たちを飢えから救い、栄養状態を改善させるためのものでしたが、現在では子どもたちが望ましい食習慣や食に関する正しい知識、実践する力を身に付けるためのものと、役割が大きく変わってきました。この期間の給食は、昔の給食をイメージした献立を取り入れました。学校給食の移り変わりとともに、取り入れた献立を紹介します。

明治22年(1889年)

● 学校給食のはじまり

山形県にある小学校で、家が貧しくてお弁当をもって来られない子のために食事を出したのがはじまりです。



24日
栄養バランスを考え
豚汁と牛乳もあります。

大正12年(1923年)

● 児童の栄養改善のため方法として国から奨励される

昭和17年(1942年)

● 戦争が始まり給食を続けられないところも

戦争により食べ物が不足するようになります。米のかわりに、水で溶いた小麦粉をみそ汁にいれたすいとんがよく食べられていました。



25日
栄養バランスを考え
ごはんやおかずも
組み合わせています。

昭和21年(1946年)

● 戦後、給食が再開される

昭和25年(1950年)

● パン・ミルク・おかずの「完全給食」が開始

アメリカから寄贈された小麦粉を使って、都市部では完全給食が開始されました。ミルクは牛乳から脂肪分を取り除いて粉にした脱脂粉乳に、砂糖などを加えたものでした。

昭和27年(1952年)

● 小麦粉の半額国庫補助が開始し、全国で完全給食開始

このころは値段の安かったクジラ肉がよく使われていました。

昭和29年(1954年)

● 学校給食法の施行

給食は教育の一環として、全国で学校給食が行われるようになります。

昭和38年(1963年)

● ソフト麺が登場

昭和39年(1964年)頃

● 調理パンが出るように

給食といえばコッペパンと決まっていたのですが、この頃から揚げパンなどの調理したパンができるようになります。

昭和40年(1965年)頃

● 脱脂粉乳から牛乳に切り替わる

パンやおかずの種類も増えていきます。

昭和51年(1976年)

● 米飯給食が開始される

主食がごはんの給食が多くなり、いろいろな献立が増えていきます。



北海道森町のほたて おいしくいただきました 😊

先月号でお知らせした通り、12月に北海道森町から届いたほたてを給食で出しました！直径3~4cmほどの立派なほたての貝柱が届き、給食室でパン粉をつけてフライにしました。給食時間に森町はどんなのか、森町で行われているほたての耳吊り式養殖の様子等をまとめた動画を視聴してもらいました。各学級でほたての養殖作業に興味深く見ている様子がみられました。「ほたて初めて食べた！」という子も多く、「苦手だと思って減らしたけど、食べたらおいしくて増やした！」という声も聞こえてきました。全校で残菜率(作った量に対する、食べ残された量の割合)はなんと0.6%とほとんど残っていませんでした。日本には世界に誇る素晴らしい海産物がたくさんあります。給食を通してこれからも子どもたちに日本の良さを伝えていきたいと思えます。



給食レシピ

手作り肉まん *12月13日の献立より

<材料>小サイズ5個分

- ・小麦粉……………150g
- ・ベーキングパウダー…2g
- ・ドライイースト…4g
- ・豆乳 or 牛乳…100g
- ・砂糖……………大さじ1
- ・塩……………少々
- ・ラード……………小さじ2
- ・豚ひき肉……………60g
- ・にんじん……………30g
- ・たけのこ水煮…30g
- ・たまねぎ……………50g
- ・干し椎茸……………2g
- ・しょうゆ……………大さじ1/2
- ・塩……………少々
- ・ごま油……………小さじ1/3
- ・片栗粉……………小さじ2

Ⓐ

<作り方>

- ① 小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるう。野菜、戻した椎茸はみじん切りにする。
- ② 豆乳(または牛乳)を40度くらいに温め、ドライイーストと砂糖を入れて混ぜておく。
- ③ ボウルに①、②、塩を入れてよくこねる。ある程度まとまってきたら溶かしたラードを加えてこね、ひとまとめにしてラップをし、40度くらいの環境で発酵させる。
- ④ Ⓐをよく練って肉だねを作り、5等分にして丸めておく。
- ⑤ ③が2倍くらいの大きさになったら、手で生地を押してガス抜きをし、5等分にする。
- ⑥ ⑤の生地を丸くのぼし、④の肉だねをのせてひだをよせてとじる。
- ⑦ ⑥をクッキングシートの上のせ、強火で15~20分ほど蒸す。

給食室の様子






生地をこねたらお湯にボウルを浮かべ発酵します。20分するとこんなに大きくなります！

生地を分割し丸くのぼして肉だねを包みます。

10cm角に切ったシートにのせて蒸します！

ふんわりとした皮と野菜たっぷりの具の肉まんです 🎵