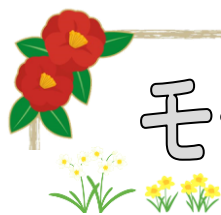


～楽しくおいしく食べて健康に～



モグモグ・・・にっこり♪



食育通信

下羽栗小学校

No.8 令和3年1月

まだまだ厳しい寒さが続き、風邪などで体調を崩しやすい時期です。栄養のバランスの良い食事、手洗いやマスクの着用、十分な睡眠を心がけ、元気に冬を過ごしましょう。

さて、1月24日～31日は「全国学校給食週間」です。笠松町では、東京オリンピック 2021の開催に関連した給食や岐阜県の各地の郷土料理や地場産物を使ったふるさと給食が登場します。ぜひ、世界の国々への国際理解やふるさとへの郷土愛を育む機会にしましょう。

何問正解できるかな？ 学校給食クイズ に挑戦♪

○か×で答えよう。

もんだい	こたえ
Q.1 日本で最初に給食を始めたのは、東京都である。	
Q.2 戦後、給食が再開された時、牛乳が出ていた。	
Q.3 給食でクジラの肉が出ていた。	
Q.4 給食の主食が毎日パンだったことがある。	
Q.5 笠松町では、バイキング給食が行われていたことがある。	
Q.6 給食で生野菜サラダが出ていたことがある。	
Q.7 笠松町で初めて行った名作おはなし給食は「ぐりとぐら」だった。	

※答えはうら面をみてね！

昔からあるものや料理にはどんな願いがあるのかな ～2年生 道徳「おせちのひみつ」～

日本では、1年を通して季節ごとに様々な行事食があります。給食でも、新年を迎えた最初の日には、お正月のおせち料理や鏡開きのぜんざいが登場し、テレビ放送でおせち&お雑煮クイズを楽しみました。

2年生の道徳「おせちのひみつ」では、重箱から出てくるおせちカードや給食の行事食の絵から、おせち料理や行事食には、一つ一つに意味があることを知り、家族の健康や幸せへの願いが込められていることを学習しました。日本の伝統的な文化や生活の良さに親しみ、これからも大切にしていきたいですね。

節分、ひなまつり、
子どもの日にも意味
があったんだね。



ふろしきに包まれた本物の重箱から、
色々なおせちカードが出てきて
子どもたちはワクワク♪



授業後の子どもたちの感想

- ・おせちにの中に入っているものはぜんぶいみがあるんだと思いました。
- ・らい年は食べてみたいと思いました。
- ・せつ分、子どもの日、ひなまつりにもそれぞれいみやねがいがあることをした。

1月の給食レシピ紹介

黒豆ごはん (4人分)

米	2合
鶏肉	20g
にんじん	40g
干しいたけ	1枚
黒豆	60g
白しょうゆ	大さじ 2/3
薄口しょうゆ	大さじ 2/3
A みりん	小さじ1
酒	小さじ1
和風だしの素	小1
さとう	小さじ1強

- ① 米は洗う。
- ② 干しいたけは戻しておく。
- ③ 鶏肉はひと口大、②の干し椎茸とにんじんは千切りにする。
- ④ 炊飯器に①米とAの調味料を加え、分量の線まで水を加える。
- ⑤ ②の具材を入れて炊く。



和風マカロニグラタン (4人分)

マカロニ	36g
鶏肉	40g
酒	小さじ1
ねぎ	30g
まいたけ	25g
たまねぎ	60g
ホワイトソース	160g
A 白みそ	小さじ2
酒	小さじ 1/2
みりん	小さじ 1/4
薄口しょうゆ	小さじ 1/4
とろけるチーズ	40g

- ① マカロニは下茹でをする。
- ② ねぎは2cm長さ、玉ねぎはみじん切りにする。
- ③ 鶏肉はひと口大に切り、耐熱用器に入れ酒をふりラップをして加熱しておく。
- ④ Aを混ぜソースをつくる。
- ⑤ ④のソースと①②③の具材を混ぜ、サラダ油をぬった耐熱容器にいれ、とろけるチーズをかける。
- ⑥ 230℃で13分位焦げ目がつくまで焼く。

ホワイトソースにみそやしょうゆを少し加えるとごはんにも合うおかずに！



学校給食クイズのこたえ



Q.1	×	日本で初めて給食が始まったのは、明治22年山形県の鶴岡町の忠愛小学校でお弁当を持ってこれない子のために、無料で提供したのが始まりです。当時学校があったお寺の敷地には発祥の記念碑があります	
Q.2	×	牛乳ではなく、脱脂粉乳を溶いたものでした。戦後の食糧不足で、お腹を空かせている子どもたちに、外国から小麦粉や脱脂粉乳が送られ、これを使ったミルクやトマトシチューを食べていたのです。	
Q.3	○	昭和30～40年代には、クジラ肉をしょうゆ味で竜田揚げにしたり、ケチャップ味の「クジラのノルウェー」というメニューが当時の子どもたちに大人気でした。	
Q.4	○	昭和20～30年代の主食は毎日パンで、昭和44年にソフト麺、昭和52年にごはんが週一回から始まりました。その時の最初のごはんのメニューはカレーライスでした。	
Q.5	○	平成5～10年ごろ、町内の6年生のみんなを対象に「卒業祝いバイキング」をして、栄養バランスのよい食事のとり方を学習していました。	
Q.6	○	平成8年に学校給食衛生管理基準が改定され、食中毒防止のために全て加熱調理するようになり、それ以降生野菜サラダが登場していません。	
Q.7	○	平成27年から図書と給食のコラボで始まった名作おはなし給食の第1号は、ぐりとぐらのホットケーキでした。その後、ハリーポッター、ゲゲゲの鬼太郎、魔女の宅急便、不思議の国のアリス、アンパンマン、ドラえもんなどたくさんのおはなし給食が生まれました。	

