



令和3年1月8日
台東区立忍岡中学校
校長 平井 邦明
栄養士

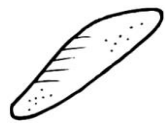
明けましておめでとうございます。年が明け、3学期が始まりました。今年も、皆さんに安心でおいしい給食を届けることができるよう給食室一同頑張りますので、よろしくお願いします。また、感染予防として「手洗い」は引き続きしっかり取り組んでいきましょう。

★今月の目標★ 楽しい会食を工夫しよう

1月は正月をはじめ、人日の節句、小正月などの年中行事があります。年中行事は、昔から地域や家庭に伝え続けられているものが多く、その際に特別に食べる行事食があります。

昔から正月は大切な年中行事です。12月から大掃除を行い、門松を立てて鏡餅を供え、雑煮やおせち料理の準備をします。鏡餅は、古代の円形の鏡のように丸い餅を重ねて、年神様に供える神聖なものです。また、雑煮も供物で、年神様に捧げたものと同じものを食べることで、1年の健康や幸せを願っていました。おせち料理にも、様々な意味があります。正月は雑煮やおせち料理などの行事食を食べる機会を大切にしたいですね。

おせち料理の意味



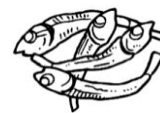
かずのこ
かずのこはしんの卵巣。
たくさんの卵があるので、



えび
腰が曲がるまで長生きするように
など、長寿の意味があります。

田作り

昔、いわしを田の肥料にして
いたことから、豊作をもたら
すという意味があります。



黒豆

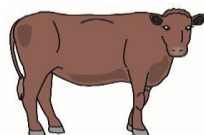
まめで健康に暮らせますように
という意味が込められています。



和牛肉を給食で提供します！

新型コロナウイルス感染症が世界的に流行し、食品の流通も影響を受けています。その中のひとつが和牛肉です。和牛肉は、外国人観光客の外食での消費が減ったことや、輸出の停滞などにより国内の在庫量が増えています。国の国産農林水産物等販売促進緊急対策を受けて、1月と2月の給食で計3回、和牛肉を使用します。

和牛肉の美味しさや魅力を伝えられるよう、牛肉をメインとした献立にしていますので楽しみにしてください。この機会に和牛について学んでみましょう。給食室前の掲示板で、和牛と国産牛の違いについて紹介していますので、見に来てください。



1月の和牛給食の日

- 1月20日(水) 牛丼
- 1月28日(木) 千住葱入りすき焼き風煮込み

1月24日から30日はまで全国学校給食週間です！

学校給食は明治時代、山形県鶴岡市で昼食を持参できない子供たちに、おにぎりと漬物を用意したのが始まりです。その後、徐々に全国に給食が広まったものの、第二次世界大戦で中断されました。戦後、ユニセフの救援物資などでパンと脱脂粉乳の給食が再開され、栄養不足の子供たちを救ったのです。これを記念して設けられたのが学校給食週間です。今は豊かになった日本ですが、この機会に当時を振り返り、食べ物に感謝したり、食生活を見直したりしましょう。

～学校給食の献立の移り変わり～

| | | |
|---|--|--|
| <p>明治22年</p>  <p>おにぎり 塩鮭 菜の漬物</p> | <p>昭和20年</p>  <p>ミルク(脱脂粉乳) みそ汁</p> | <p>昭和27年</p>  <p>コッペパン ミルク(脱脂粉乳) 鯨の竜田揚げ 線切キャベツ ジャム</p> |
| <p>昭和40年</p>  <p>ソフト麺のミートソース 牛乳 甘酢あえ 果物(黄桃) チーズ</p> | <p>昭和53年</p>  <p>カレーライス 牛乳 塩もみ 果物(バナナ) スープ</p> | <p>現在の給食</p>  <p>地場産物を活用するなど、様々な 献立がつけられています。</p> |

全国学校給食週間中の給食は、全国の郷土料理や昔の給食の献立などを取り入れます。楽しみにしてください。

＜25日＞ チャンポン(長崎県の郷土料理)、フルーツみつ豆(台東区発祥)

チャンポンは、明治時代中期に長崎県の中華店の店主が、来日した中国人留学生をもてなすために考案した料理が発祥の起源と言われています。みつ豆の原型は、江戸時代末期に子供向けのお菓子として売られていた、赤えんどう豆にみつをかけたものです。今のようにな形になったのは、1903年に浅草の和菓子店で売り出されたのが最初と言われています。

＜26日＞ せんべい汁(青森県の郷土料理)

せんべい汁は、青森県八戸地方の郷土料理です。給食では、青森から取り寄せたせんべい汁用の南部せんべいを使って調理します。

＜27日＞ 鯨の竜田揚げ、すいとん(昔の給食)

くじら肉は、昔、日本でよく食べられていた、たんぱく質が豊富で栄養価の高い食品です。すいとんは、小麦粉を水で練って生地を作り、汁に入れて煮た料理で、江戸時代から日本で食べられています。

＜28日＞ 千住葱入りすき焼き風煮込み(伝統野菜)、芋ようかん(台東区発祥)

江戸時代からの伝統と季節を味わう野菜を江戸東京野菜と言います。すき焼き風煮込みを千住葱と和牛肉で作ります。芋ようかんは、浅草の和菓子店で売り出したのが始まりです。

＜29日＞ ソースカツ丼(台東区発祥)

明治初期、日本に牛肉や鶏肉を使ったカツカツが入ってきました。明治28年、銀座の洋食店が豚肉でカツカツを作ったのがとんかつの始まりとされています。「とんかつ」という名前は台東区で生まれた言い方と言われています。