

1月給食だより

令和6年1月9日
台東区立浅草中学校

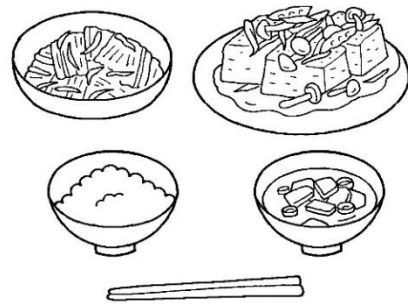
新しい年を迎えました。みなさんはどんな冬休みを過ごしていましたか？

寒さが一段と厳しくなり、かぜなどが流行する季節です。寒さに負けずに、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠をとって元気に乗り切りましょう。



テストだけじゃない！ しっかり食べて抵抗力アップ！

テスト前からかぜなどをひかないように注意するのはもちろんですが、日頃から体調管理に気を配っておくことも大切です。体の抵抗力を高めるため、1日3食、栄養バランスのとれた食事をとりましょう。主食、主菜、副菜、汁物がそろると、バランスがととのいます。また、食事だけではなく、適度な運動と十分な睡眠をとることも大切です。



給食でめぐる日本一周

毎月、給食で日本全国の郷土料理や名産品を取り入れています。

今月は「大阪府」の料理です。

1月19日(金)【大阪府の料理】

- きつねうどん
- たこポテト
- みかん



【きつねうどん】

大阪におけるうどんの歴史は長く、豊臣秀吉が大阪城を築城する際には資材置き場の近くのうどん屋が繁盛していたそうです。また、江戸時代には物流が発達し全国からうどんの材料である小麦粉、塩、昆布等が集まり、次第に庶民にも広まっていきました。

きつねうどんは、明治26年に大阪のうどん店で客が素うどんに添え物の油揚げをのせて食べたことから生まれたといわれています。

【たこポテト (たこ焼き風ポテト)】

たこ焼きは、丸いくぼみのある鉄板に、小麦粉をだしや卵で溶いた生地を流し、ぶつ切れにしたたこを具にして焼き上げた大阪を代表する料理です。給食では小麦粉の代わりにじゃがいもを使ったたこ焼き風なおかずを作ります。

～全国学校給食週間(1月24日～1月30日)～

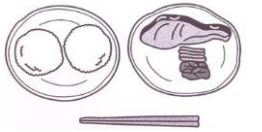
1月24日から30日は全国学校給食週間です。日本の学校給食は、明治22(1889)年に山形県の鶴岡市で始まり全国に広がっていきましたが、戦争で中断されました。戦後、食糧難で子供たちの栄養状態が悪化すると給食の必要性が叫ばれるようになりました。また、海外からも物資寄贈の申し出があり、昭和21年12月24日、ララ物資(アメリカからの援助物資)の受渡式が行われ、学校給食が再開されました。

世界中の人々からの温かい支援に感謝するとともに、教育の一環として行われる学校給食の意義を考え、その発展を期して、毎年、全国学校給食週間が実施されています。そこで、1月24日～1月30日の給食では、昔の給食や東京都の郷土料理を取り入れました。

24日 ご飯、鮭の塩麹焼き、小松菜のおひたし(最初の給食)

明治22年、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこられない子供たちに、おにぎり、焼き魚、漬け物を出したことが給食の始まりです。

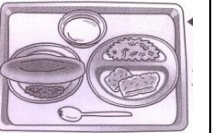
24日の献立は、当時はごちそうだった最初の給食をイメージしました。



25日 鯨のかりん揚げ、コーヒー牛乳の素(昭和30～50年代の給食)

昭和30～50年代の給食では、鶏肉や豚肉は大変貴重でなかなか使うことができませんでした。そのような中でよく使われていたのが、安くて栄養価の高い「鯨肉」です。鯨肉は揚げたり、焼いたり、煮たりと様々な料理に使われていました。

コーヒー牛乳の素(『ミルク』(大島食品工業株式会社))は、昭和40年ごろに子供たちが栄養価の高い牛乳を残さずおいしく飲めるようにするために考えられた商品です。



東京都の郷土料理

29日 のりの佃煮、じゃがいものきんぴら、ちゃんこ汁

佃煮 …江戸時代から保存食として食べられてきた食品で、佃島(現中央区佃周辺)にちなんで生まれた東京の名産品です。

きんぴら …ごぼうやにんじん等の野菜を炒めて甘辛く味付けした料理です。ごぼうのしっかりした食感や唐辛子のピリ辛さを、江戸時代に流行した古浄瑠璃「金平浄瑠璃」の主人公の坂田金平の強さや勇ましさに例え、「きんぴらごぼう」と呼ぶようになったそうです。

ちゃんこ …力士が食べる料理のことです。力士たちは誰にも負けない体を作るために、魚や肉、野菜をバランスよく使ったちゃんこ鍋をよく食べています。



30日 すき焼き煮、芋ようかん

すき焼き …幕末から明治時代にかけて肉を使った料理が食べられるようになったころ、「牛鍋(醤油や砂糖等の調味料を煮立てて肉や野菜を煮込む料理)」が流行しました。その後、関西から「すき焼き(牛鍋と同じ材料で作りが異なる料理)」が広まり、次第にどちらも「すき焼き」と呼ばれるようになりました。

芋ようかん …明治時代に浅草にある芋問屋と菓子職人が一緒に作り出した和菓子です。

