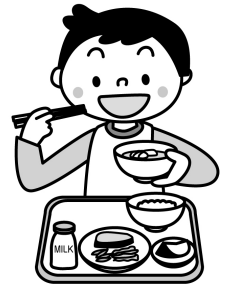




が っ こ う き ゅ う し ゅ く
 1月24日～30日は
 ぜん こ く が っ こ う
全国学校
 き ゅ う し ゅ く し ゅ う か ん
給食週間です



が っ こ う き ゅ う し ゅ く
学校給食のはじまり

やまがたけんしりつちゅうあいしやうがっこ う き ゅ う し ゅ く
 山形県私立忠愛小学校で給食が出されたのがはじまりです。

めいじ ねん
 明治22年



たくはつ : お経を唱えて町を歩き寄付をしてもらうこと



まず かい い こどもたち、こもりがっこうい
 貧しい家庭の子ども達は、子守で学校に行けな
 かったり、弁当を持参できなかったりしました。

さとうれいざん というお坊さんがちゅうしん たくはつ
 佐藤霊山というお坊さんが中心となって、托鉢
 をしてお金を集め、給食費にあてました。

しょうがっこう きょうし ゅ く た
 小学校では、給食が食べられるの
 で、貧しい子ども達も学校で学べるよ
 うになりました。

しやうわ ねん
 昭和21年

その後、給食は全国に広まりますが、昭和16年に始まった太平洋戦争による
 食糧不足のため、中止せざるをえなくなりました。戦争が終わり、子どもたちの
 栄養不足を改善するため、外国の支援団体などから届けられた脱脂粉乳や
 小麦粉、缶詰などを使って昭和21年12月24日に学校給食が再開されました。



12月24日は通常冬休みとなるため、一か月後の1月24日からの一週間を「全国学校給食週間」としま
 した。

げんざい がっこ う き ゅ う し ゅ く
現在の学校給食

げんざい ちやうし ゅ く し ゅ く し ゅ う か ん みだ
 現在では朝食欠食などの食習慣の乱れ、
 た す かがたよ し ゅ く じ せいかつし ゅ う か ん びやう そうか
 食べ過ぎや偏った食事による生活習慣病の増加などが
 しんぱい こと から、こどもたち じぶん じぶん けんこう かんが
 心配されることから、子ども達が自分自身で、健康を考えた
 し ゅ く じ しょく せい かつ てほん
 食事ができるように、食生活のお手本となるような、
 「生きた教材」としての役割も担っています。



み さ と し が っ こ う き ゅ う し ゅ く て ん し
三郷市学校給食展のお知らせ



三郷市マスコットキャラクター
 「かいちゃん & つぶちゃん」

き ゅ う し ゅ く
 給食のことがもっと
 よくわかるよ。
 ぼくたちも登場する
 ので、遊びにきてね。

き かん へいせい ねん が っ こ う き ゅ う し ゅ く て ん し
 期間：平成31年1月29日(火)～2月7日(木)
 ばし ょ しょ じん しみさとてんない
 場所：ららぽーと新三郷店内「ららぽっとみさと」
 ないやう みさとしがっこ う き ゅ う し ゅ く き ゅ う し ゅ く いちにち
 内容：三郷市学校給食のあゆみ、給食センターの一日
 し ゅ く い く かつ どう き ゅ う し ゅ く じ か ん よう す き ゅ し ゅ く ほか
 食育活動について、給食時間の様子、給食レプリカ 他
 へいせい ねん が っ こ う き ゅ う し ゅ く て ん し
 イベント：平成31年2月3日(日) 午前10時～午後5時
 まめ さかなつ ほか
 豆つかみゲーム、魚釣りゲーム 他

みさと 三郷 ふるさとの味 あじ

1月の三郷産こまつなや
 長ねぎを使った料理などを、
 献立表でお知らせしていま
 す。お楽しみに！



みさと おみおつ 三郷の御御御付け (東館：23日、西館：24日)

みさとしとくさん てんのうじ なが はい 三郷市特産の天王寺かぶ、長ねぎの入ったみそ汁です。

てんのうじ おおさかふてんのうじし はっしょう ち えとじだいころ みさと つた とがさきちく さいばい
 天王寺かぶは、大阪府天王寺市が発祥の地で、江戸時代頃に三郷に伝わり、戸ヶ崎地区で栽培されて
 います。大きさがハンドボールくらいになるのが特徴で、ビタミンC、でんぷん消化酵素のアミラーゼ
 を含んでいます。また、長ねぎは3センチくらいの長さになり切りオープンでこんがり焼いてからみそ汁の
 中に入れます。ほんのりとした甘味がおいしいみそ汁です。

こまつなカレー (東館：24日、西館：25日)

みさとしとくさん 三郷市特産の「こまつな」をたっぷりを使ったカレーです。

ゆでたこまつなをミキサーにかけて、カレーの中に入れて作ります。カレールウと一緒に煮込むことで
 こまつなのうまみが増しておいしくなります。

カロテン、ビタミンC、カルシウム、鉄分が多く、貧血や風邪予防に効果があり、便通もよくしてくれ
 ます。

『三郷の御御御付け』

『こまつなカレー』

【材料(4人分)】

- 天王寺かぶ・・・50g
- にんじん・・・30g
- はくさい・・・80g
- 長ねぎ・・・150g
- 厚揚げ・・・100g
- 味噌・・・50g
- 水・・・2と1/2カップ
- 煮干し又はかつお節・・・7本程度/15g

【作り方】

かぶは厚めのいちよう切、にんじんはいちよう切、はくさいは短冊切、厚揚げは縦1/2の1cm幅に切る。長ねぎは3cm幅のぶつ切にし焼き網、オープン等で焼き目をつける。水と煮干し又はかつお節でだしをとる。
 のだしににんじん、厚揚げ、かぶ、はくさいの順に入れ煮る。
 だしで溶いた味噌を加え、の長ねぎを入れてひと煮立ちさせる。

【材料(4人分)】

- 鶏肉小間切れ・・・100g
- にんじん(いちよう切)・・・50g
- 玉ねぎ(スライス)・・・150g
- じゃがいも(一口大)・・・80g
- こまつな(2cm幅)・・・80g
- にんにく(みじん切)・・・1片
- 生姜(みじん切)・・・1片
- ホールトマト缶(荒くつぶす)・・・50g
- カレールウ・・・80g
- ウスターソース・・・15g
- トマトケチャップ・・・15g
- レバーそばろ・・・15g
- カレー用スパイス・・・少々
- なたね油・・・大さじ1
- 水・・・1と1/2カップ

【作り方】

油でにんにく、生姜、鶏肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもを炒め、水を加えて煮る。
 こまつなは茹でて、ミキサーにかける。
 にホールトマト、調味料、のこまつなを加えてさらに煮込む。