

# 給食だより 1 月

令和 7 年 1 月 6 日

東京都立三鷹中等教育学校

新しい一年がはじまりました。冬休みはどのように過ごされていますか。まだまだ寒い日が続いていますので、早寝・早起き・バランスの良い食事で体調を整え、今年も元気に過ごしましょう。今年も、給食室一同、三鷹中等の生徒のみなさんが笑顔になれるような給食づくりに努めてまいります。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。



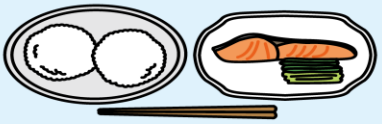
日本の学校給食は、明治 22 年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和 21 年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年 1 月から学校給食が再開されることになりました。昭和 21 年 12 月 24 日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和 25 年度からは、冬季休業と重ならない 1 月 24 日～30 日までの 1 週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。



## 学校給食の移り変わりを見てみよう！

| 明治22年                                                                                                       | 戦後(昭和20～30年代)                                                                                                    | 現在                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。 | <br>支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。 | <br>地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。 |

## 1月27日に都立小中高一貫校共通献立を提供します！

学校給食週間にあわせて、都立小中高一貫校で同じ献立を給食に提供します。この日の献立内容は、各校の栄養士さんと集まり、話し合いを重ねて決定しています。生徒のみなさんに美味しく味わってほしい！都内産の食材をアピールしよう！有機農産物について伝えたい！…など、日ごろから生徒のみなさんに届けたい食の魅力を取り入れた献立です。

### ポイント1：地産地消食材の使用

メインの「小松菜肉みそ丼」は、都内産の小松菜をたっぷり使った料理です。デザート「明日葉ミルクゼリー」には、東京都八丈島産の明日葉を原料にした粉末を使っています。自分たちの暮らしている東京都で生産された食材を美味しくいただきましょう！

### ポイント2：有機農産物の使用

二学期にも紹介した有機農産物を味噌汁に使用します。今月は、じゃが芋と人参を使用予定です。化学肥料や化学農薬を原則使わず、可能な限り環境に配慮した栽培方法で生産された有機農産物。土壌環境や生物の多様性など農業生態系を守ることに繋がります。

### ポイント3：だしを生かした和食

主食のご飯を中心に、海産物などからとった「だし」や、発酵食品（味噌・醤油）を上手に使った和食献立を生徒のみなさんに美味しく味わってほしいと思います。

<今月の地産地消食材> ♪本校の給食では、三鷹市や東京都で作られた食材を積極的に使用しています♪

【協同乳業】

【JA 東京むさし】

【田倉農園】

【その他】

東京牛乳

小松菜

人参 大根 長葱 白菜 キャベツ

明日葉粉末

担当：栄養士