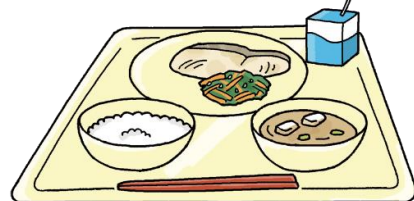
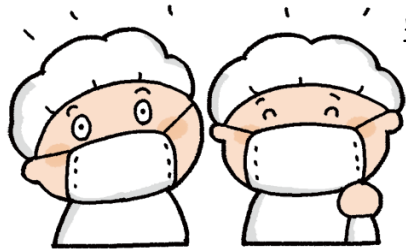


食育だより

令和7年度(2025年度) No.24
豊中市立庄内さくら学園 栄養教諭 高木智子

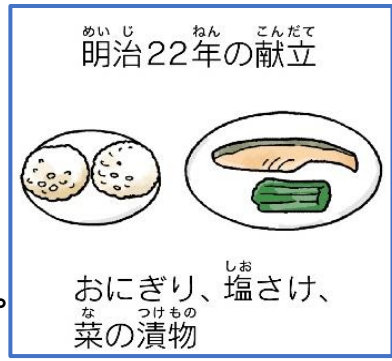


1月24日から1月30日は全国学校給食週間です

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて多くの方に知ってもらい、学校給食の充実と発展を図ることを目的とされています。

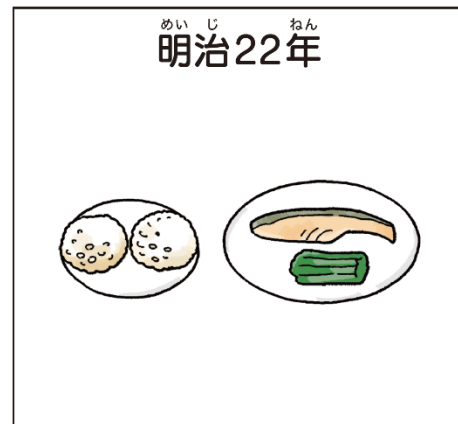
日本の給食の起源は、明治22年に食事が満足に食べられない子どもたちを対象に昼食を無償で提供したものであるといわれています。

当時の献立は、おにぎり・塩さけ・菜の漬物だったそうです。



学校給食の献立の移りかわり

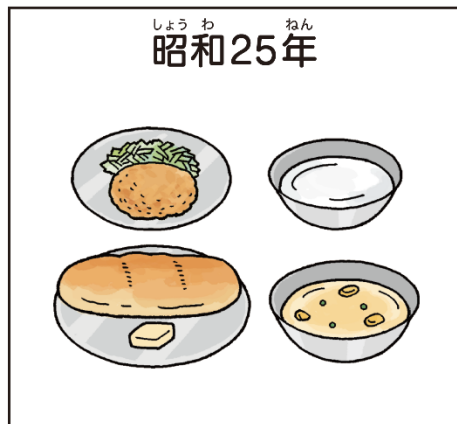
※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考にしています。



おにぎり・塩さけ・菜の漬物



ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー



コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロッケ・せんキャベツ・マーガリン



ソフトめんのカレーあんかけ・牛乳・甘酢あえ・果物(黄桃)・チーズ



カレーライス・牛乳・塩もみ・果物(バナナ)・スープ

知っているかな 学校給食の歴史

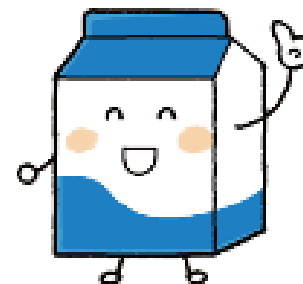
学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。



脱脂粉乳って何?

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどからの脱脂粉乳などの援助物資を受けて再開することができました。



昔と今の給食の違いやご家庭で給食の思い出を話したりしてみませんか?

裏面に続きます

とよなかし がっこうきゅうしょくしゅうかん まいとしとくべつ で こうきかてい い か とお
豊中市では、学校給食週間にあわせて毎年特別メニューが出ます。後期課程メニューは以下の通りです。

ことし とうき かいさい りょうり
今年のメニューは、2月に冬季オリンピックがイタリアのミラノで開催されるためイタリアの料理と、
か こ にほん かいさい ながの けん ほっかいどう きょうどりょうり
過去に日本で開催された長野県と北海道の郷土料理です！

これを機に、いろいろな料理があることに興味関心を少しでももってもらえると嬉しいです。



1月23日(金) イタリア料理



2026年2月6日から22日にイタリアで、冬季オリンピックが開催されます。

イタリアは、ヨーロッパにある国で、長靴のような形をしています。

ボッリート Bollito

ボッリートとは、イタリア語で「ゆでた」という意味です。
肉と野菜を煮込んだシンプルな家庭料理です。



コトレッタ Cotoletta

肉をスライスしたものに、細かいパン粉をつけて油で揚げるイタリアのミラノという地域の郷土料理です。日本ではミラノ風カツレットという名前でも呼ばれています。

アマトリチャーナ Amatriciana

アマトリーチェというイタリアにある町で作られた「アマトリチャーナ」は、家にいつもある食材で作られるイタリアの家庭料理です。

イタリアでよく食べられるパスタには、色々な形や色があります。

今日のアマトリチャーナには、ペンの先のような形をした『ペンネ』を使っています。



1月26日(月) 長野県の郷土料理

長野県は日本で最も多くの県と隣り合っている県です。
スキー場がたくさんあり、1998年(今から28年前)には、
長野県で第18回冬季オリンピックが開催されました。

糸寒天入りすまし汁

寒天は、昼夜の寒暖差が大きく、豊富な地下水という気候条件と自然環境が整った地域で生産されます。長野県では、これらの条件が整っており、寒天の生産量は全国1位です。

野沢菜の油炒め



野沢菜は、長野県が特産の野菜です。大きいもので1メートルにもなります。寒くなるとだんだんと甘みが増します。収穫した後は、ていねいに葉っぱを1枚ずつ洗って大きなおけで漬物にします。野沢菜の祖先は、なにわの伝統野菜である天王寺かぶらといわれています。

白菜のあま酢和え

長野県は、高原の冷涼な気候を活かし、白菜やレタス、セロリなどの葉物野菜やきのこ類が多く生産されています。今日は、長野県等の白菜をあま酢で和えてさっぱりと仕上げています。

すりおろしりんごゼリー



長野県は、りんごの生産が盛んです。有名な品種として、「シナノスイート」や「シナノゴールド」がありますが、この「シナノ」は長野県の旧国名の「信濃」に由来しています。

こうきかてい

後期課程のメニュー



がっこうきゅうしょくしゅうかん どうが やくぶん びょう
「学校給食週間」の動画です(約4分25秒) ⇒⇒⇒⇒

1月27日(火) 北海道の郷土料理



北海道は、まわりを海で囲まれた日本で一番広い都道府県です。広い土地を使ってたくさんのおいしい食べ物が作られています。

また、日本の1番北にあり冬には雪がたくさん降ります。

1972年(今から54年前)には、北海道で第11回冬季オリンピックが開催されました。

石狩汁



鮭ときのこをたくさん使った北海道の郷土料理『石狩鍋』を給食で食べやすいように汁物にしています。寒い冬に体をあたためてくれます。

ザンギ



ザンギといえばとり肉が有名ですが、北海道ではタコやイカなどもふくめ、味付けした揚げ物のことをザンギといいます。今日はとり肉のザンギです。

ポテトサラダ



日本で作られるじゃがいもの約80%を北海道で作っています。昼の間、葉などにたくさんの太陽の光を浴びて作った栄養素を、寒い夜にためこんでいるので、おいしいじゃがいもが育ちます。

今日は、じゃがいもをポテトサラダにしています。やわらかくて甘みのあるじゃがいもを味わってください。



1月28日(水) イタリア料理



2026年2月6日から22日にイタリアで、冬季オリンピックが開催されます。

イタリアは、ヨーロッパにある国で、長靴のような形をしています。

ミネストローネ Minestrone

ミネストローネは、イタリア語で「具たくさん」「ごちゃませ」という意味です。イタリアの代表的な家庭料理で、「食べるスープ」とも呼ばれ、お米やパスタを入れて食べることができます。

今日は、ツイストマカロニが入っています。

さわらのトマトソースかけ



イタリアは、世界最大級のトマトの輸出国で、イタリア国内では、「トマトは国民食」とも言われるほど食べられています。その起源は、南イタリアのナポリ周辺の温暖な気候がトマトの栽培に適しており、以前は観賞用だったトマトを、庶民がピザやパスタに使い始めたところ、食用としてイタリア全土に広がったと言われています。

今日は、イタリア産のトマトを使用したソースで、イタリア風に仕上げています。