

# 食育だより

平成26年度

## 1月

広島市立祇園中学校

新しい年を迎えました。今年も健康に過ごせるように、毎日の規則正しい生活を心がけましょう。

1月24日～30日は

### 全国学校給食週間

です。



学校給食は、明治22年(1889年)山形県の忠愛小学校で、すべての子どもたちが昼食を食べられるようにと始まりました。

全国学校給食週間は、『毎日、給食をおいしく食べられることに感謝し、給食や食べ物の大切さについて考えてみよう』ということねらいとして設定しています。

ご家庭でも、給食や食べ物の大切さについて、子どもたちと一緒に考えてみましょう。

### 広島市の給食の歴史

昭和 25(1950)年



広島市の完全給食開始。  
6円50銭

昭和 35(1960)年



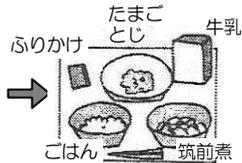
肉料理は、鯨肉が多く登場。  
35円

昭和 45(1970)年



牛乳やソフト麺登場。  
55円

昭和 55(1980)年



米飯給食開始。  
小:170円 中:204円

平成 5(1993)年



アジア大会など、イベントにちなんだ料理が登場。  
小:190円 中:228円

平成 23(2011)年



食育の日に、一汁二菜(魚料理・ひろしまっこ汁)の献立を開始。  
小:220円 中:265円

□...1食分の給食費

### 給食情報

今月の地場産物は、「みかん」「ぶなしめじ」「春菊」「大根」です。

**春菊**

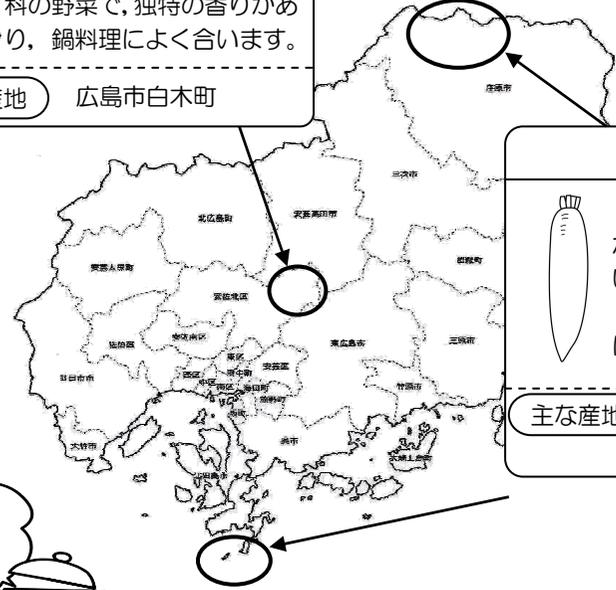
春という漢字が使われていますが、冬が旬です。キク科の野菜で、独特の香りがあり、鍋料理によく合います。

主な産地 広島市白木町

**大根**

冬の大根は甘みが増して一段とおいしくなります。今月は『みそ汁』に入っています。

主な産地 庄原市高野町・呉市倉橋町



朝ごはんを作ってみよう

### 給食の献立から <スタミナ納豆>

- <材料4人分>
- 鶏ミンチ 90g
  - ひきわり納豆 2パック
  - ごま油 小さじ1
  - おろし生にんにく 小さじ1/2
  - しょうが 小さじ1/2
  - ねぎ 1本
  - しょうゆ 大さじ1
  - 清酒 小さじ2
  - みりん 小さじ2
  - ラー油 適宜
- <作り方>
- ①しょうがをみじん切り、ねぎを小口切りにする。
  - ②ごま油を熱し、しょうが・おろし生にんにくを入れて香りを出し、鶏ミンチを加えて炒める。
  - ③[内の調味料を混ぜ合わせて調味し、冷ます。
  - ④ねぎとひきわり納豆を加えて混ぜ合わせる。

祇園中学校の残食について ★12月★

◎人気メニュー◎

- ひじきサラダ、生揚げの中華煮、鶏肉のから揚げ、オニオンスープ、中華丼、だいのぎすけ煮、フレンチサラダ (0%)
- 野菜炒め (0.05%)
- かぼちゃシチュー (0.1%)

◎残食が多かったメニュー◎

- 三色ごはん (4.2%)
- 冬野菜カレーライス、おでん (2.8%)
- 八寸 (2.3%)
- ぶりの照焼き (1.7%)
- 肉豆腐 (1.4%)

12月16日(火)給食試食会が行われました。保護者の皆様と教養部の役員様、合わせて50名参加され、クリスマス献立を試食していただきました。料理について、ほとんどのかたがおいしいとアンケートに書いてくださり、調理員さんと喜びました。その他、量や鶏肉の揚げ方などのいろいろなご意見をいただき、今後の献立作成に生かしたいと思っています。また、アンケートにより、ご家庭でお子様と給食の話をされていることが分かり、うれしく思いました。今後、より一層、魅力ある給食作りに努めます。