

まいつき にち しょくいく ひ
(毎月19日は食育の日)

かわくちしりつかみあおきしょうがっこう
川口市立上青木小学校



あけましておめでとうございます



2025年(ねん)がスタートしました。今年(ことし)もみなさんが健康(けんこう)で元気(げんき)に過ごせるよう、安心(あんしん)・安全(あんぜん)で栄養満点(えいようまんてん)の美味しい給食(きゅうしょく)を作(つく)っていきたくと思います。どうぞよろしくお願(ねが)いいたします。

1年間(ねんかん)を健康(けんこう)で元気(げんき)に過ごすための目標(もくひょう)をたててみましょう。まだまだ寒い日(ひ)が続(つづ)きます。空気(くわい)も乾燥(かんそう)しているので、手洗(てあら)いうがいをしっかりと、風邪(かぜ)をひかないようにしましょう。



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん

全国学校給食週間

きゅうしょく れきし
～給食の歴史をふりかえってみよう～

毎年(まいとし)1月(がつ)24日(にち)～30日(にち)は全国学校給食週間(ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん)です。今(いま)では当たり前(あたりまえ)のように食(た)べられている給食(きゅうしょく)ですが、いつどんな目的(もくてき)で始(はじ)まったのでしょうか。この機会(きかい)に、給食(きゅうしょく)の歴史(れきし)をふりかえってみましょう。



<p>めいじ 22年</p>	<p>山形県(やまがたけん)で、お弁当(べんとう)を持ってこられない子どもたち(こどもたち)にごはん(ごはん)や野菜(やさい)を中心(ちゅうしん)とした昼食(ちゅうしょく)を出(だ)したのが給食(きゅうしょく)の始(はじ)まりです。その後(ごのち)全国(ぜんこく)へと広(ひろ)まりました。</p>	
<p>しょうわ 昭和21年 (戦後)</p>	<p>戦後(せんご)、栄養不足(えいようぶそく)の子どもたち(こどもたち)のために、学校給食(がっこうきゅうしょく)が本格的(ほんかくてき)に始(はじ)まりました。この当時(このとうじ)、日本(にほん)はまだ食料(しょくりょう)が少(すく)なく、外国(がいこく)の助け(たすけ)を受けて、給食(きゅうしょく)を出(だ)していました。</p>	
<p>げんざい 現在</p>	<p>栄養バランス(えいようばらんす)を考(かんが)えたメニュー(メニュー)です。現在(げんざい)の給食(きゅうしょく)は栄養補給(えいようほきゅう)だけでなく、子どもたち(こどもたち)が、望(のぞ)ましい食習慣(しょくじゅうかん)や食(しょく)に関する正(ただ)しい知識(ちしき)や実践力(じっせんりょく)を身(み)につけるための重(じゅう)要(よう)な役割(やくわり)を担(た)っています。</p>	

だいにんき 大人気メニュー!

お米千ちゃんレシピ

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかんちゅう きゅうしょく てもとくべつ
全国学校給食週間は給食でも特別メニューが登場します!

1月27日(月) おにぎり、さけの塩焼き、大根のみそ汁
28日(火) 手作りしゅうまい 29日(水) すいとん

お楽しみに♡



<材料>

<作り方>

- お米 2合(300g)
- 鶏もも肉(豚肉でも可) 100g
- 塩ひとつまみ
- にんじん 1/2本
- コンソメ 小さじ1/4
- キムチ 75g~
- しょうゆ 小さじ1/2
- 油 小さじ2
- 水 2合のメモリまで
- ごま油 小さじ2
- 酒 小さじ1
- 塩 ひとつまみ
- スクランブルエッグ 卵 1個分
- ピーマン 1個

- 下準備をする
 - お米を洗い★を入れ、炊飯する
 - にんじんとピーマンは千切り、キムチは食べやすい大きさに切る
 - 卵を溶き、スクランブルエッグを作る
- フライパンを温めたら●の油をしき、肉ににんじんキムチピーマンの順に炒め、調味する
- 炊き上がったご飯に②とスクランブルエッグを混ぜる

※優しい味です。キムチや調味料で調整してください

