

1月 食育だより

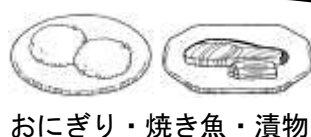
松山市教育委員会
松山市学校栄養士協議会

「楽しく食べてうまいぞなもし」 第3次 松山市食育推進計画スローガン

学校給食の歴史

1月24日から30日は、全国学校給食週間です。学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校ではじまりました。

明治 給食のはじまり

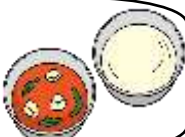


おにぎり・焼き魚・漬物

戦争で中断

昭和 給食の再開

戦争が終わり、外国から送られてきた脱脂粉乳や缶詰を使って給食が再開されました。



【ここがすごいよ！日本の給食！】

☆主食・主菜・副菜がそろい、栄養のバランスが整っている。
☆年間計画に基づいて献立が立てられており、給食が教育の一環になっている。

現在の給食



☆地域の特色を活かし、地場産物を活用した献立である。

- 冬～春・・・松山鮭（鯛）
- 夏・・・たこ飯（たこ）
- 秋・・・いもたき（里芋）など

毎日給食を食べられることに感謝しましょう。



【アメリカ】



弁当を持参するか、食堂で自分が選んだ物を購入して食べます。昼食の内容は、家庭や子どもに任されています。給食がある学校もあります。



参考 明治の食育 HP

【韓国】



給食を食べます。食事のマナーとして、ごはんとスープはスプーンで食べ、おかずは、はしを使います。プレート1枚に給食当番がつぎわけます。

○給食一例・・・ごはん、スープ、キムチ、トマト

参考 韓国の小学生 学研教育出版



日本とくらべてみよう！世界の学校の昼食

【ドイツ】

学校は午後1時頃に終わるため、家に帰って家族で食べます。ヨーロッパの国々は、3食の中で昼食を1番大切にする国が多いです。

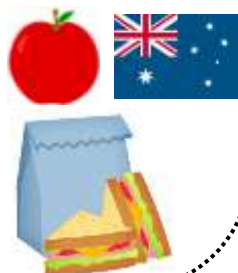


参考 ドイツのごはん 農山漁村文化協会

【オーストラリア】

弁当を持参します。昼食時間は短く、簡単に食べられるものを用意します。そのため、午前中と午後間に間食をとることができる時間があります。

○昼食一例・・・サンドイッチ



「学校給食で食べたい我が家の献立」優秀作品 紹介

ご家庭の献立が令和2年度に学校給食で登場します。お楽しみに！



水たきうどん



おすすめポイント！

冬はからだが温まります。体調不良のときでも食べやすい献立です。

豚肉となすの甘辛炒め



おすすめポイント！

ごま油の香りでよりおいしく仕上がっています。厚あげ豆腐を使ってボリュームアップしています。

鶏肉と根菜の炊きこみご飯



おすすめポイント！

しょうがを入れることで、味がよくなり、うまおこげができると、香ばしく食欲をそそります。

たまらん唐揚げ



おすすめポイント！

魚にも肉にもよく合う味つけです。「たまらん～」といいながら食べてしまいます。

中華風炊きこみごはん



おすすめポイント！

もち米を入れることでモチモチした食感に仕上がっています。ごま油を多めに使うと中華風になります。



「我が家の献立」のレシピは、市HPに掲載しています。

下記 URL よりご確認いただき、是非ご家庭でも作ってみてください！

※給食で提供する際に、ご提案いただいたレシピから食材や切り方等を一部変更する場合があります。

ご感想、ご意見をお寄せ下さい。

松山市のホームページ

<http://www.city.matsuyama.ehime.jp/kurashi/kosodate/kyuusyoku/gakkoukyusyoku.html>