

おうちのひとといっしょによみましょう

# きゅうしょくだより



令和7年1月10日  
東久留米市立第十小学校  
校長 大澤 宏史  
栄養士 鈴木 智子

新年あけましておめでとうございます。  
今年度も、残すところあと3か月となりました。  
引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるよう  
な、魅力ある給食作りに努めていきたいと思いま  
す。本年もよろしくお願い致します。



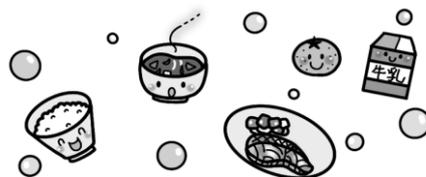
## 今年巳(へび)年!

へびは、獲物を食べるときに丸のみしますが、皆さんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



## 全国学校給食週間

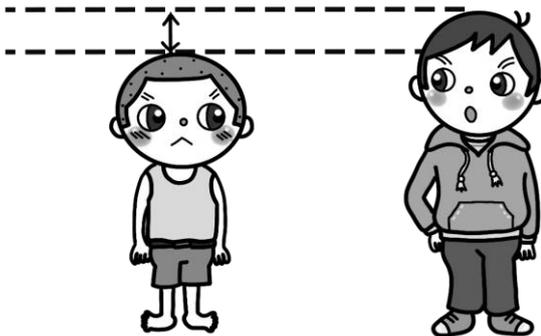
1月24日から30日までは全国学校給食週間です。学校給食の意義や役割についての理解と関心を深め、学校給食のより一層の充実と発展を図ることを目的に行われています。



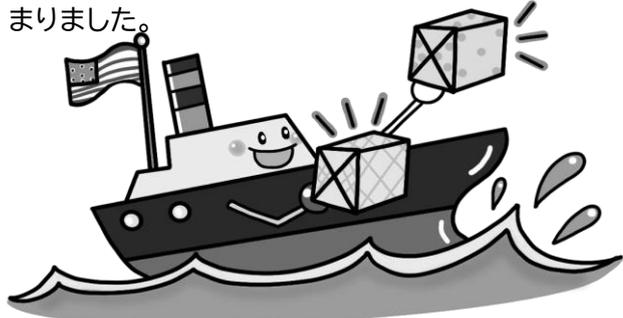
昭和20(1945)年、戦争が終わったばかりの日本では食料が不足し、栄養不足の子供たちがたくさんいました。給食も戦争で中断されました。



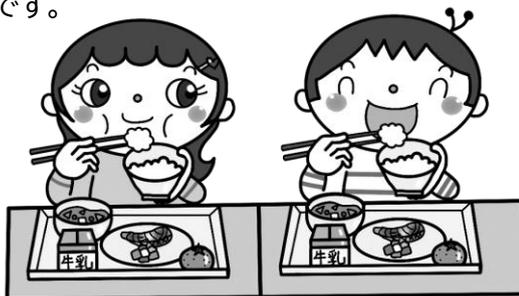
そのころの小学6年生の体は、今の小学4年生くらい大きさだったといえます。

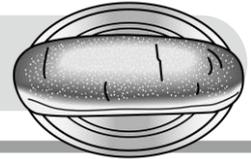


この日本の様子を見て、外国から食べ物の援助がたくさん送られてきました。こうして昭和21(1946)年12月24日、学校給食がふたたび始まりました。

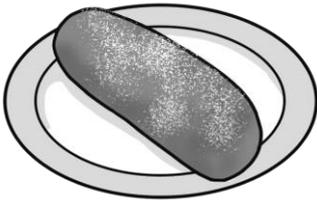


12月24日は学校が冬休みなので、1カ月遅らせた1月24日から「全国学校給食週間」が行われます。給食に感謝し、その意義と役割を再確認する1週間です。





①



「子供の頃好きだった給食なあに？」と聞くと、「揚げパン」と答えること人がとても多いです。この揚げパンどのように誕生したか知っていますか？

②



揚げパンが生まれたのは、戦争が終わり、給食が再び始まって間もない東京大田区。当日の子供たちはいつもおなかをすかせていました。給食はそんな子供たちにとって一番の楽しみでした。

③



ある日、かぜで学校を休んだ子がいました。調理員さんは「せっかく楽しみにしていたのに・・・」と、残ったパンを揚げて砂糖をまがし、包んでその子の家へ届けてもらったそうです。

④



おいしい揚げパンはあっという間に日本中に広まりました。揚げパンが生まれた陰には、子供たちのことをいつも大切に考えながら給食の仕事に携わる人たちの温かい気持ちがあったのです。

## レシピの感想をいただきました

11月に配布しました、東くるめ野菜レシピについてたくさんの感想をいただきました。アンケートのご協力いただきありがとうございました。一部ご紹介させていただきます。

### 【中華風ポテトおやき】

・この1品で良い栄養がたくさんとれそうですね。私はそのまま味を楽しみましたが、子供たちはソースをかけた方が好きようです。残念ながら味が苦手で食べられなかった所以他のレシピも挑戦してみたいと思います。

・ツナとごま油がアクセントになり、ほくほくおいしくできました。我が家はカボチャをマッシュして一緒に混ぜたので彩りも良く甘味も加わりあっという間に完食しました。

### 【ピーマンエッグ】

・5年の長女のリクエストでこちらを作りました。思っていたより卵が膨らみレンジから出すとカップケーキのよう。半分に切ると中がスカスカになってしまいましたが、おいしいと食べてくれました。

・食材もすくなく、簡単に出来上がりました。味もおいしく、家族に好評でした。また作りたと思います。

・ピーマンが苦手な娘も食べられました。苦みがなく美味しかったです。

### 【ブロッコリーご飯】

・具材を炊飯器に入れておくだけで出来上がるので、とても楽しくおいしいごはんでした。離乳食にもピッタリでした。

・近所の農家さんでブロッコリーを買ったので作ってみました。切って入れるだけでとても簡単なのが良かったです。ごま油が入ったからかごはんがモチモチして美味しかったです。家族みんなに好評でした。やはり地場産の野菜はいいですね。

今回、いただいたアンケートの中で印象的だったのは、出来上がった料理の写真を付けてくださったご家庭がとても多かったことです。また、レシピをベースにアレンジしていただいたり、レシピを半分以上活用していただいたご家庭もいらっしゃいました。また、どのご家庭も他のレシピもチャレンジしてみます、といった感想が多かったため、たくさん活用していただいていることがわかり、とても嬉しく思っています。東久留米市四課栄養士会では、これからも興味をもってもらえるようなレシピを、来年度も発行できたらと考えています。ご協力ありがとうございました。