



給食だより

令和7年度1月号

調布市立第四中学校

みなさんは、どんなお正月をすごしましたか？食べすぎてしまったり、生活リズムが乱れてしまったりした人もいるかもしれません。布団からなかなか出られなくなる季節ですが、早寝早起きを心がけ、運動不足を解消して食生活を見直しましょう。

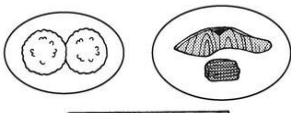
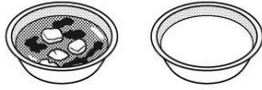

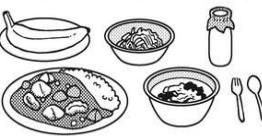
1月は全国学校給食週間があります

学校給食は、戦争のために中断されていましたが、戦後の食糧難により児童の栄養状態が悪化したことから、その必要性が叫ばれるようになり、再開することになりました。

まず試験的に、昭和21年12月24日に、三都県（東京、神奈川、千葉）で実施することになり、同日に東京都内の小学校でうら（アメリカの宗教団体等からなるアジア救援公認団体）からの給食用物資の贈呈式が行われました。その日を学校給食感謝の日と定めていましたが、その後、冬期休業と重ならない1月24日から30日までの間を「学校給食週間」としました。



昔の給食を見てみよう！

| | |
|--|--|
| 明治22年(1889年)  ・おにぎり、塩さけ、菜の漬物 | 昭和22年(1947年)  ・トマトシチュー、脱脂粉乳（ミルク） |
| 昭和30年(1955年)  ・コッペパン、脱脂粉乳（ミルク）、アジフライ、サラダ、ジャム | 昭和52年(1977年)  ・カレーライス、牛乳、塩もみ、果物（バナナ）、スープ |

Q. 給食に牛乳が出るのはどうして？

A. 成長期に骨量を高めることは、骨づくりや骨粗しょう症予防のために重要です。

牛乳はカルシウムを豊富に含み、吸収率も優れているため給食に出されているのです。



全国学校給食週間中の献立を紹介します

26日(月) 調布市・姉妹都市木島平村の食材を使用した給食

木島平村の良質な水と土で育った農産物は美味しいと評判です。特にお米は全国的にも高い評価を得ています。

27日(火) 世界の料理 アメリカ

スラッピージョーは、ミートソースをバンズで挟んだ料理です。名前の「スラッピー」は「だらしない」という意味で、食べる時に口元が汚れたり、ソースがこぼれたりすることが由来とされています。

28日(水) 学校給食人気メニュー①

リクエスト給食のカレーライスにサッパリとしたフレンチサラダ、今が旬のリンゴを合わせました。

29日(木) 熊本県郷土料理献立

タイピーエンは、たっぷりの野菜に肉、魚介が使われた具たくさんの春雨スープです。中国から伝わった料理が熊本で日本風にアレンジされ生まれました。

30日(金) 学校給食人気メニュー②

揚げパンは、学校を休んだ子どもに給食のパンを美味しく届けるため調理師さんが考えました。今も世代を超えて愛されている給食です。