

# 食育だより

令和5年1月  
岐阜市立藍川東中学校

## 1月23日から27日は、『学校給食週間』です

日本の学校給食は、明治22年山形県の鶴岡市で始められました。当時の献立は「おにぎり、サケの塩焼き、漬物」だったそうです。その後学校給食は全国に広まりましたが、戦争が激しくなり、中断されました。戦争が終わると、栄養不足の子どもたちを救うために、アメリカなどから「脱脂粉乳や小麦粉、缶詰」などの援助物資が届き、学校給食が再開されました。これを記念して学校給食記念日が設けられ、その日を含む1週間を「学校給食週間」としています。

給食委員会が当日のお昼の放送でも紹介します。お楽しみに！



## 令和4年度岐阜市の給食週間中の献立



出典：農林水産省 HP

### 味の旅「長崎県」の献立

日本の食の玄関口、現代の食文化のはじまりとも言われている長崎県の郷土料理卓袱（しっぽく）を取り入れました。長崎天ぷらは、卓袱料理のひとつで天ぷらつゆをつけるかわりに衣に味をつけ、そのまま食べられる料理です。今回はキビナゴを使用しています。キビナゴはイワシの仲間です。「キビワシ」とも言われ、長崎県で獲れます。



### 中学生学校給食選手権入賞献立

（心も体も満たしてくれるギホックホク給食）

岐北中学校の生徒が地域の食材をたくさん使って、「地域の良さ」をアピールした献立です。特に味噌汁は、けずり節を除くすべての食材を、地域や県内の食材にしたのが特徴です。



### ふるさと食材の日～岐阜の味めぐり～

「金魚めし」は、にんじんの生産が盛んな各務原市の鷺沼地区に伝わる郷土料理です。炊き込みご飯の中のにんじんが金魚のように色鮮やかに見えることから「金魚めし」と呼ばれています。関市を中心として生産される円空さといもは、丸い形ともっちりとした粘りが特徴のさといもです。県内で活躍したといわれる「円空」にちなんでいます。その他にも、郡上みそなど全部で11品目の岐阜県産食材をすべての料理に取り入れた献立です。

### 昔の給食

（昭和40年～50年頃の給食メニュー）

戦後、日本の学校給食は、昭和29年「学校給食法」の公布により第二のスタートを切りました。昭和39年から牛乳と脱脂粉乳を調合したピン詰め混合のミルクになり、カレーシチューに使用する調味料も6種類から9種類に増え、味や栄養価の改善が進んだ時代の給食メニューを再現しました。

### 友好都市 中国杭州市の料理

「東坡肉（トンポーロウ）」

中国杭州市の料理の中でも有名な東坡肉を主菜に、野菜の塩炒めと豆苗を使ったスープを組み合わせました。東坡肉は、「皮付きの豚の角煮」です。醤油・酒・砂糖・八角などで味付けしており、独特な香りが付いた甘辛い味が特徴です。給食では、豚肉を五香粉（中国の代表的な混合スパイス）やたまりしょうゆを使って煮ます。

今月の献立テーマ：身体が温まる料理

日本の伝統的な食文化である「鏡開き」や冬が旬の食材を使用し、根菜類を取り入れた身体が温まる料理を心がけました。