

給食だより

毎年1月24日～1月30日は
学校給食について考え知るための…

学校給食週間です。

給食の歴史

日本最初の学校給食は、明治22年、山形県の小学校において子どもたちのためにお坊さんが昼食を作ったことから始まります。

その後、給食は戦争のために一時中断されていましたが、戦後の食糧難により子どもの栄養状態が悪化したことから再開することになりました。



給食がスタートして130年以上たちます。

日本最初の給食はおにぎりと焼鮭



現代の給食は献立のバリエーションが豊富

現代の給食はより安心安全なものになり、使う食材や献立の種類がどんどん増え、日々進化し続けています。

私たち多くの日本人は偏った栄養摂取（好き嫌いなど）、肥満・痩身や自身の健康について考えるべき課題がたくさんあります。

学校給食は空腹を満たす栄養の摂取だけではなく、食に関する正しい知識とマナー・望ましい食習慣を学び身に付けるため重要な役割を担っています。

令和6年 1月号
北海道兩屯高等養護学校

1.2月の重点マナー
「食べ方」

- ・よくかんで食べる
- ・三角食べをする
- ・ひじをつかない
- など



今月の栄養価（1ヶ月平均 / 目標値）
カロリー（熱量） 787kcal / 820kcal
たんぱく質 32.3g / 26.6～41.0g
脂質 24.4g / 18.2～27.3g
食塩 3.3g / 2.5g

学校ホームページに食育のページがあります。毎月の給食だよりや生徒の様子をのせたsyokustagram(ブログ)もありますので是非御覧ください。



www.uryuukoyo.hokkaido-c.ed.jp/?page_id=166

1月30日は森町産ほたての無償提供

東京電力福島第一原発の処理水放出を受けて、中国が日本産の水産物の輸入を全面的に停止しました。ほたて養殖が盛んな森町は、水産会社で輸出できず保管されているほたてを買い取って、全国の学校給食におよそ50万食分を無償で提供しています。

本校も全校生徒の皆さん分を無償提供していただきました。このことをきっかけに森町のこと、日本の水産業について考えてみるのはいかがでしょうか？



15日（月）	16日（火）	17日（水）	18日（木）	19日（金）
・カレーライス ・ブロッコリーサラダ ・ヨーグルト 836 kcal	・味噌ラーメン ・青のりポテト ・グレープフルーツ 849 kcal	・ひじきそぼろごはん ・みそ汁 ・焼き魚（ほっけ） ・煮浸し 731 kcal	・五目うどん ・ごま和え ・黄桃 697 kcal	・ごはん ・みそ汁 ・豚肉と春雨の味噌炒め ・のり和え 726 kcal
22日（月）	23日（火）	24日（水）	25日（木）	26日（金）
・肉豆腐丼 ・みそ汁 ・おかか和え ・スライスパン 786 kcal	・塩ラーメン ・揚げ餃子 ・オレンジ 869 kcal	・ごはん ・すり身汁 ・肉じゃが ・もやしとちくわの和え物 722 kcal	・ミートソーススパゲティ ・ツナ和え ・ゼリー 776 kcal	お休み
29日（月）	30日（火）	31日（水）	こんげつ 今月のおにぎりプロジェクトは… がつせいとみなせんせいがついちばんす 12月に生徒の皆さんと先生方に『一番好きな具』のアンケートをとりました。今月は先生方に1番人気の具が登場します。鮭かな？ツナマヨかな？当日までのお楽しみです！ さいげつせいといちばんすぐ 来月は生徒のみなさんの一番好きな具です！	
お休み	・塩パン(くるみ会) ・☆森町産ほたてのクリームシチュー ・鶏の照り焼き ・ほうれん草のサラダ 883 kcal	・〇〇おにぎり ・臭だくさんみそ汁 ・ちくわのごま揚げ ・大根の煮物 784 kcal		

※使用食材や献立が変更になる場合があります。