



食べる力

令和7年1月

五城目第一中学校

新しい1年が始まります

学校給食のあゆみ

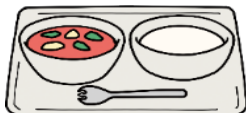
日本の学校給食は100年以上の歴史があります。年代別に見ると今とは随分ちがうことが分かります。いつの時代も成長期の栄養摂取を支えてきた学校給食に感謝していただきましょう。

明治 22 年
(1889)



山形県鶴岡市にあった私立忠愛小学校は、どの子にも教育を受けさせたいと市内の寺院が設立した学校で、貧しくて弁当を持ってこれない児童のために昼食を出したのが給食のはじまりといわれています。当時の献立は、おにぎり、塩鮭、漬物でした。

昭和 20 年代
(1945 ~ 54)



昭和21年12月24日、東京などで学校給食が再開され、翌22年から全国に広がっていきました。戦後の食糧難に苦しむ日本の子どもたちのために、海外から届けられた救援物資とともに、ミルク(脱脂粉乳)、トマトシチューなどが提供されました。

昭和 30 年代
(1955 ~ 64)



昭和29年に「学校給食法」が成立し、学習指導要領では給食が教育活動に位置づけられました。アメリカから給食用の小麦とミルクの提供があり、パンにミルクが定着していきます。
【献立】 コッペパン、ミルク、くじらの竜田揚げ、せんきやべつ、ジャム

昭和 40 年代
(1965 ~ 74)



戦後復興を遂げ、献立内容もバラエティー豊かに。昭和39年の東京オリンピックを境に脱脂粉乳が牛乳に変わっていきました。ソフト麺が登場したのもこの頃です。
【献立】 ソフト麺、牛乳、カレーシチュー、甘酢あえ、チーズ、黄桃缶詰

昭和 50・60 年代
(1975 ~ 88)



食生活の洋風化が進み、外食産業が成長し、農作物の輸入自由化も拡大。米が余り、消費拡大のために米飯給食開始。ご飯を家から持参するスタイルの学校もありました。
【献立】 ご飯、牛乳、ししゃもフライ、せんきやべつ、麻婆豆腐、みかん

平成・令和
(1989 ~)



今日はどんな



バブル景気のはじけ、阪神大震災が起こり、食品の安全性に関わる事件が多発。国民の食に対する意識が高まり、平成17年に食育基本法と栄養教諭制度ができました。現在、学校給食は栄養をとるだけでなく、和食や食文化を伝承する役割なども期待されています。

給食レシピの紹介

10月に実施した五中食堂で提供したメニューの一部をご紹介します。(家庭用に少し分量を変えています)



★米粉塩から揚げ（1人分）

＜材料＞

- ・鶏もも肉 40g×2個
- ・揚げ油 (適量)
- ◆料理酒 小さじ1
- ◆ガーリックパウダー 0.3g
- ◆塩・こしょう 0.5g
- ◆ごま油 小さじ1

- ◇片栗粉
- ◇米粉

＜作り方＞

- ①◇の粉をよく混ぜておく。
- ②◆の調味料等を混ぜ合わせて、鶏もも肉を漬け込む。
- ③鶏もも肉に◇をよくつけて200℃の油で揚げて完

★切干大根のツナマヨサラダ（1人分）

＜材料＞

- ・切干大根(乾燥) 12g
- ・きゅうり 30g 千切り
- ・にんじん 10g 千切り
- ・えだまめ(さやむき) 8g
- ・ツナ(レトルト) 22g
- ◆マヨネーズ 大さじ1/2
- ◆白いりごま 小さじ1/2
- ◆こいくちしょうゆ 小さじ1/2

＜作り方＞

- ①切干大根を水に浸してもどし、しっかりと水をきる。
- ②えだまめを加熱後、水で冷やしておく。③ツナは油をきる。
- ④きゅうり、にんじんはカットして加熱後、水で冷やす。
- ⑤◆の調味料等を混ぜ合わせ、食材と和えてなじんだら完成。



※給食では食材を加熱調理して提供しています。家庭で調理するときは、適宜調整をお願いします。

成。

冷やして食べるとより美味しくいただけます。