



1月給食だより

2026年1月



あけましておめでとうございます



2026年がスタートしました。寒い日が続きますが、換気や手洗いをしっかり行い、感染予防に努めましょう。今年もみなさんが健康で元気に過ごせるよう、栄養満点のおいしい給食を作っています。どうぞよろしくお願い致します。

～学校給食週間の献立～

全国学校給食週間は昭和25年度から始まった取り組みで、毎年、学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。本渡学校給食センターでは、1月19日から23日の5日間で学校給食週間の献立を実施します。普段、何気なく食べている学校給食について改めて知る良い機会にしましょう！

- 1月19日 『ふるさとくまさんデー』牛乳、五福米ごはん、白菜のみそ汁、いわしのみぞれ煮、切り干し大根のサラダ…今月のくまさんデーは、天草地区の紹介です。天草には、たくさんの地場産物があり、毎月給食で紹介して、使用しています。新和町で収穫された「五福米」や「だいこん」、「白菜」、「しいたけ」、「いりこ」などを使用します。
- 1月20日 『カルシウム強化メニュー』牛乳、ごはん、すいとん汁、鯛フライ、香味あえ…カルシウムは、成長には欠かせない栄養素です。今日の食材で、カルシウム量が高いものは、「牛乳、ごま、ちくわ、キャベツ、昆布」です。昆布は、牛乳の数倍という驚異的な多さです。鯛には、良質なカルシウムが含まれています。
- 1月21日 『鉄分・たんぱく質強化メニュー』牛乳、カット丸パン、ポトフ風スープ、照り焼きパティ、マカロニサラダ…成長期に欠かせない、鉄分・たんぱく質が豊富に入った食材を使います。
- 1月22日 『世界味めぐりの旅（中国・韓国）』牛乳、ごはん、中華風かき玉汁、焼きぎょうざ、もやしのナムル…中国や韓国は、美味しい料理がたくさんある国です。ぎょうざは、中国で人気のある料理で、揚げたり、蒸したり、茹でたりと調理方法も様々です。給食では、辛みを抑えた料理に味を付けて皆さんに食べてもらっています。
- 1月23日 『世界味めぐりの旅（イギリス）』牛乳、ごはん、ハッシュドビーフ、ほうれん草オムレツ、ぽんかん…「ハッシュドビーフ」とは、牛肉や玉ねぎを薄切りにして煮込んだ西欧料理のことです。「ハッシュ」とは、細かく切るという意味で、イギリス発祥の料理で、細かく刻んだ野菜と薄切りの牛肉を炒めて煮込んだ料理をハッシュドビーフと呼んでいたことが名前の由来です。

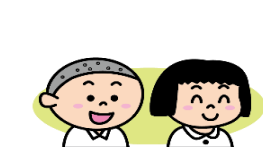


1/24～1/30
「全国学校給食週間」

がっ こう きゅう しょく むかし いま
学校給食の昔と今

日本の学校給食の始まりは、明治22年までさかのぼります。山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）にある大督寺というお寺に開校された私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていききましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するために、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）からの援助物資で学校給食が再開されることになりました。そして、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とすることが定められました。昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなどを目的に、毎年、全国でさまざまな行事が行われます。



昔の給食を見てみよう！



昭和22年ごろ



トマトシチュー・ミルク



LARA 物資の脱脂粉乳や缶詰を使って、給食が作られました。ミルクは、牛乳から脂肪分を取り除いて乾燥させた「脱脂粉乳」をお湯で溶いたもので、独特な風味で苦手な子どもが多かったようです。

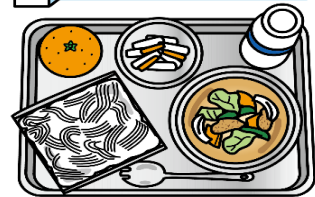
昭和25年ごろ



コッペパン・ミルク・カレーシチュー

アメリカから寄贈された小麦粉を使い、パン・ミルク・おかずの「完全給食」が始まりました。おかずには、当時は安価だったクジラ肉やちくわがよく使われていました。

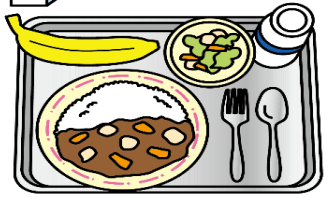
昭和40年ごろ



ソフトめん五目あんかけ・牛乳・甘酢あえ・みかん

パン以外の主食として、昭和38年ごろからソフトめん（ソフトスパゲッティ式めん）が導入されました。牛乳は、昭和33年から一部地域で供給され、昭和39年に本格的な供給が始まりました。

昭和51年ごろ



カレーライス・牛乳・サラダ・バナナ

昭和51年に米飯（ごはん）が正式に導入されました。当時は、ごはんを炊く設備がない所が多く、おかずを作る釜で、ごはんとおかずの両方を調理するため、回数は多くありませんでした。

【作品展のおしらせ】

〇日時：1月24日(土)～2月1日(日) 休館日：月曜日

〇場所：天草文化交 流 会館2階展示室(旧天草教育会館)

〇内容：学校給食週間にちなんで天草市内の小・中学生から募集した絵画・習字・標語の作品を展示します。たくさんのご来場をお待ちしております。

作品展

