

給食の歴史



今月の献立のねらい 「給食の歴史を知ろう」

明治22年、山形県の鶴岡市の小学校で子どもたちにおにぎりや焼き魚を食べさせたことが、学校給食の始まりとされています。

戦争が終わり、日本は食糧不足におちっていました。そこで、児童の栄養失調を救おうとユニセフにより援助が始まり、昭和21年12月24日に関東で給食が再開されました。冬休みに入ることから、1月24日を「給食記念日」とし、30日までを「全国学校給食週間」としています。

平成17年に食育基本法が制定され、学校全体で地域と連携して食育に取り組むようになりました。食文化の継承や地域の産物を使用した教材としての献立が作成されています。

学校給食は、食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身につける事ができる「生きた教材」です。これからみなさんにおいしさや学びを伝えていきます。学校給食記念週間には、昔の給食味の旅・八代市や熊本県の特産品を使った給食を予定しています。



八代市西部学校給食センター(松高幼・松高小・八千把小・八代小・郡築小・昭和和・四中・七中)

日	曜	献立名(配膳図)	赤 おもに鉄をつくる	緑 おもに体の調子をととのえる	黄 おもにエネルギーになる	献立ひとくちメモ	エネルギー Kcal	たんぱく質 たん
9	金	干草焼き ごまめ (減)麦ごはん 七草雑煮 【熊開き・正月料理】	牛乳 干草焼き 鶏肉 いりこ	かぶ だいこん はくさい にんじん みずな しめじ	精米 麦 さといも 白玉だんご 油 三温糖 水あめ ごま	年が明けた始まりの時期には、お正月や餅開きなどの日本の代表的な風習があります。お正月に食べる料理には、食材にさまざまな縁起のよい意味が込められています。これから始まる1年が、すばらしいものになるように願いを込めて食べましょう。	552	23.2
13	火	大根の中華あえ 揚げごぼう 鶏ひき肉 豚ひき肉 赤みそ 麦ごはん マーボー春雨	牛乳 ぎょうざ 鶏ひき肉 豚ひき肉 赤みそ	たまねぎ にんじん しょうが 干しいたけ にんにく ねぎ たけのこ(缶) きゅうり だいこん にんじん	精米 麦 揚げ油 はるさめ ごま油 三温糖 ごま油 ごま	ぎょうざの歴史は古く、紀元前の中国で食べられていたということが分かっています。ぎょうざが生まれた中国では、お湯で茹でたぎょうざを主に食べています。一方、日本では、香ばしい焼き目の付く焼きぎょうざが主流となります。今日は、寒い時期ということもあり、油で揚げた揚げぎょうざにしています。	600	18.8
14	水	(中)一食黒糖大豆 一食とんかつソース(コロッケ) (バーガーパン) 冬野菜の シチュー コロッケバーガー	牛乳 スキムミルク 粉チーズ 生クリーム (中)黒糖大豆	たまねぎ にんじん ブロッコリー はくさい かが しめじ クリームコーン(缶)	バーガーパン コロッケ 揚げ油 三温糖 じゃがいも ホワイトルウ 油	冬には、多くの栄養豊富な野菜が旬を迎えます。今日の給食では、シチューに入っている、白菜、かぶ、ブロッコリーが冬野菜です。これらの野菜は、寒さに強く、栄養価も高いのが特徴です。特に、ビタミンCや食物繊維が豊富に含まれており、冬の乾燥した季節に欠かせない存在です。	602	19.6
15	木	野菜のしそあえ かぼちゃフライ 白菜と大根の みそ汁 麦ごはん	牛乳 南関揚げ 干しわかめ 豆腐 麦みそ 米みそ	かぼちゃフライ だいこん はくさい ねぎ きゅうり もやし にんじん しそごはんの素	精米 麦 揚げ油 三温糖	熊本県では、白菜が12月から2月にたくさん収穫されています。くせのない味とやわらかい食感で、スープや炒め物、あえものなどのいろいろな料理に大活躍です。特に、鍋料理などで煮込むと旨みが増します。ほとんどもは水分ですが、ビタミンCをはじめとするビタミンやミネラル、食物繊維などをバランスよく含みます。	591	16.3
16	金	ぼんかん 手作り佃煮 (減)麦ごはん 煮込み うどん	牛乳 いりこ 糸かつお 昆布 豚肉 南関揚げ	はくさい にんじん しめじ ねぎ ぼんかん	精米 麦 ごま 三温糖 うどん類	一般的にみかんと呼ばれるのはうしゅうみかんですが、今日の給食では、みかんの仲間、ぼんかんを出しています。みかんよりも酸味が少なく、甘味が強い傾向があります。また、外皮に厚みがあり手で簡単にむきやすいですが、種が入っていますので注意をして食べてください。	570	19.0
19	月	冬トマトのペンネアラビアータ グラタン (減)ひのくにパン オニオンスープ 【熊本・八代の味】	牛乳 グラタン ペーコン 豚ひき肉 鶏ひき肉 粉チーズ	たまねぎ にんじん 乾燥パセリ たまねぎ にんじん にんにく トマト	ひのくにパン 油 ペンネ オリーブ油	今日から30日まで全国学校給食週間メニューです。今日は八代産の冬トマトを使ったペンネアラビアータを作りました。トマトは夏野菜ですが、八代地域では冬から春にかけてトマトの収穫が行われます。八代の冬トマトはもともと甘み強いですが、加熱することでさらに甘みが増すので、サラダで食べるだけでなく、炒めたり、煮込んだりしてもおいしく食べることができます。	622	25.6
20	火	エビフライ ごろっと八代サラダ (麦ごはん) (チキンカレー) エビフライカレーライス 【熊本・八代の味】	牛乳 えびフライ 鶏肉 スキムミルク 粉チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが りんごビュレ だいこん トマト みずな	精米 麦 揚げ油 じゃがいも カレールウ 油 ドレッシング 三温糖	ごろっと八代サラダは、具材がごろごろ入っているということ、「たくさん」を八代弁で「ごろ」ということから名前がつけられたサラダです。八代でとれたトマト、だいこん、水菜を使っています。地元の味を楽しんでください。今日はエビフライカレーライスです。麦ごはんはエビフライにチキンカレーをかけて食べましょう。	674	21.9
21	水	いきなり団子 野菜のピリ辛 (減)トマトパン タイビーエン 【熊本・八代の味】	牛乳 豚肉 いか うずらの卵	キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ 干しいたけ 干しきくらげ きゅうり もやし にんじん	トマトパン はるさめ ごま油 三温糖 ごま油 ラー油 ごま いきなり団子	今日は熊本と八代の味をたくさん味わえる献立にしています。タイビーエンは熊本県で誕生した、豚肉・はるさめ・キャベツ・たけのこの食材がバランスよく入っているスープです。いきなり団子は、熊本県の郷土菓子です。トマトパンは、八代産のちびえトマトのビュレを使った、トマトの風味の食パンです。	660	21.7
22	木	れんこんとさつまいものチップス (麦ごはん) (南関あげ丼の具) 南関あげ丼 【熊本・八代の味】	牛乳 卵 南関あげ かまぼこ	にんじん たまねぎ ねぎ 干しいたけ れんこん	精米 麦 でんぶん 油 さつまいも 天ぷら粉 揚げ油	今日は、落く切ったれんこんとさつまいもを油で揚げた野菜チップスです。温暖な気候と恵まれた地下水をもつ熊本は、れんこんの栽培に最適です。れんこんは秋から冬にかけて旬をむかえ、煮物や天ぷらにむいて食べる食材です。さつまいも、秋から冬にかけて熊本県大津町を中心に、たくさん収穫されています。	617	18.6
23	金	一食焼きのり めざし たくあんのごま炒め (麦ごはん) 豚汁 【甘の給食】	牛乳 めざし 豚肉 厚揚げ 麦みそ 米みそ 焼きのり	こんにゃく だいこん ごぼう にんじん はくさい ねぎ しょうが たくあん	精米 麦 さといも ごま ごま油 油	1月24日は給食記念日です。日本で最初の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡市(現鶴岡市)の小学校で始まったといわれています。貴校にお弁当を持ってこれない子供供たちに、この学校を建てたお坊さんが、おにぎり、焼き魚、漬物といった星ごはんを出したことから給食が始まりました。給食の歴史について考えながら味わいましょう。	548	20.3
26	月	スパニッシュ カバリア・コ ソバ・デ・アホ 【味の旅 スペイン】	牛乳 塩きり ワインナー ツナ	たまねぎ トマトビュレ にんにく たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり トマト レタス 黄ピーマン 赤ピーマン レモン果汁	ソフトフランスパン 小麦粉 でんぶん 揚げ油 三温糖 じゃがいも オリーブ油 油 オリーブ油 三温糖	今日は味の旅「スペイン」です。スペインは、ヨーロッパ西部のイベリア半島に位置し、地中海と大西洋に面した国です。スペイン語でカバリアはソバ、トマトはトマトの意味です。スペインでは、ソバやイワシなどの魚をトマト煮にしたり、トマトのソースをかけて食べます。給食では、揚げたソバにトマトソースをかけています。ソバ・デ・アホは、スペインの郷土料理でにんにく風味のスープです。	603	23.4
27	火	一食納豆 大豆と豚肉のみそ煮 麦ごはん 魚そうめん汁 【和食を味わう日】	牛乳 豚肉 麦みそ 米みそ 魚そうめん 干しわかめ 納豆	だいこん にんじん しょうが こんにゃく にんじん キャベツ	精米 麦 三温糖	今日は「和食を味わう日」です。主菜は、冬に旬を迎える大豆と豚肉を、日本の伝統的な調味料であるみそで味付けしたみそ煮です。次に、かつおと昆布のだし汁を使った魚そうめん汁を作ります。さらに、納豆は日本の伝統的な発酵食品です。ゆであ大豆に納豆菌を加え、温かい温度に保つことで納豆菌を増やし、ネバネバや独特の香りを作り出します。	587	23.8
28	水	デザート (中華まぜごはんの具) 牛乳 (麦ごはん) 肉団子スープ 中華まぜごはん 【熊本・八代の味】	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉 肉団子	はくさい にんじん れんこん しめじ 干しいたけ にら しょうが にんにく 黄ピーマン たまねぎ キャベツ にんじん ねぎ 干しきくらげ	精米 麦 ごま油 はるさめ 油 焼きプリンタルト	中華まぜごはんには、熊本や八代で収穫された野菜をたくさん使っています。れんこんは手延素揚げ、にら・しょうが・白菜は八代産です。白菜はまぜごはんに使われることはめずらしいですが、ゆがいて加えています。今日は中華まぜごはんです。麦ごはんは中華まぜごはんの具をまぜて食べましょう。	697	22.7
29	木	ブロッコリーのマヨおかかあえ 太刀魚のデコボンソース 南関あげの みそ汁 【ふるさとくまさんデー】	牛乳 太刀魚南関揚げ 南関あげ 豆腐 干しわかめ 麦みそ 米みそ 糸かつお	デコボン果汁 たまねぎ えのきたけ ねぎ ブロッコリー にんじん ホールコーン	精米 麦 揚げ油 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	今日は「ふるさとくまさんデー」です。ブロッコリーのマヨおかかあえは、地場産物を使った学校給食メニューとして、八代地区の農業士が考案したものです。八代で栽培されている旬のブロッコリーと、熊本のしらぬい果汁を使ったポン酢で作りました。また、太刀魚のデコボンソースは、熊本県産の太刀魚のから揚げに熊本県産のデコボン果汁で作ったソースをかけています。	666	19.9
30	金	ちくワンスラダ うまかコロッケ 麦ごはん トマトだご汁 【熊本・八代の味】	牛乳 厚揚げ 南関揚げ ちくワ 青のり	はくさい にんじん ねぎ 干しいたけ だいこん トマト にんじん キャベツ もやし きゅうり レモン果汁	精米 麦 コロッケ 揚げ油 小麦粉 白玉粉 油 ノンエッグマヨネーズ 三温糖	ちくワンスラダは、八代の特産品の日菜久ら(わ)と冬キャベツを使い、青のりで巻いた巻き物をプラスしたサラダです。「ちくワ」は、八代市日菜久町に伝わる名物「日菜久ら(わ)」とオマケをモチーフにした、八代市公設のゆるキャラです。2024年ゆるキャラグランプリで全国1位になりました。トマトだご汁は、八代市の特産品トマトをだごの中にのりこんでおり、桃色のだごが入っているスープです。八代市のおいしい食べ物を味わってください。	647	18.2
							827	21.9

☆学校行事等によって、給食の対応が異なる場合がありますので、ご不明な点がございましたら、各学校へお問い合わせください。
また、献立は都合により変更する場合があります。

小学校平均

中学校平均

616

789

20.9

25.4