



# おいしいね!

平成28年1月19日(火)

昭島市つつじが丘南小学校

校長 石川 博朗

発行 栄養士 鈴木

## 1月24日から30日までの一週間は 「全国学校給食週間」です。

学校給食は、明治22年(1889)に山形県鶴岡市で初めて実施され、各地に広がりましたが、戦争のために一時中断されました。しかし、戦後、食糧難の影響で子供達の栄養状態の悪化が問題視され、給食を実施することの必要性が指摘され、また世界からも給食用物資の寄贈がありました。そして、昭和22年(1947)に学校給食は再開されました。

学校給食は子供達が食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるためにとっても重要な役割を果たしています。



## 学校給食の7つの目標

日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力をつかひ、望ましい食習慣を養う

適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る

学校生活を豊かにし、明るい社交性及び共同の精神を養う



食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであるということについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保存に寄与する態度を養う

食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導く



食生活がかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養う



我が国や各地のすぐ優れた伝統的な食文化についての理解を深める

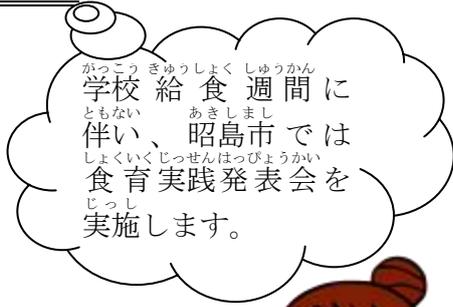
# 平成27年度Let's食育実践発表会の開催について

日時：平成28年1月25日（月）

時間：午後3時から5時まで

会場：昭島市役所1階 市民ホール

内容：テーマ 『次の世代に伝えたい和食のよさ』



学校給食週間に  
伴い、昭島市では  
食育実践発表会を  
実施します。

～おいしさの秘密は「だし」にあり！～

**第一部** 講演 三上 鯉節店 専務 三上 康子 氏

**第二部** 子ども達の学校での実践報告

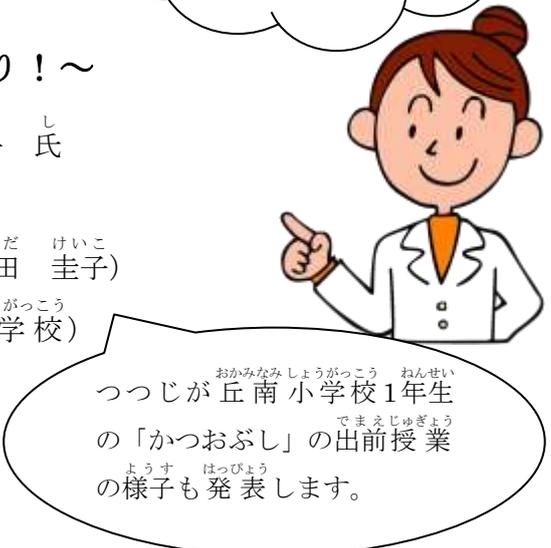
・和食の日の取り組みについて（栄養教諭 増田 圭子）

・だしの学習（出前授業）での様子（市内小学校）

**まとめ** 東小学校 校長 浅原 伸行

※ 入場無料・申し込み不要

みなさまお誘いあわせのうえお越してください。



つつじが丘南小学校1年生  
の「かつおぶし」の出前授業  
の様子も発表します。

## アレルギー原因食品についての

### お知らせ

食品によっては、アレルギー原因食品が混入している可能性があります。例えば「しらすぼし」や「ちりめんじゃこ」、「わかめなどの海藻類」には小さな「えび、いか、たこ、かに」などが混入している場合があります。

「ちくわ」や「かまぼこ」等の練り製品は、原材料の魚介類が「えび、いか」等をえさにしている場合があります。

また、アレルギーをおこす食品でなくても、同じ施設内でアレルギー物質を含んだ食品を使用・製造していることがありますのでご了承ください。何か気になることがありましたら、学校まで

お問い合わせください。



## レシピの紹介「豆豆みそ豆」

《材料》4人分

大豆（乾燥）	100g
高野豆腐	20g
だし汁	適量
A しょうゆ	小さじ1
片栗粉	適量
B みそ	大さじ1
酒	小さじ2
砂糖	大さじ1
みりん	大さじ1
しょうゆ	小さじ1
揚げ油	適量

《作り方》

- 大豆を前日に水で戻す。（水煮の大豆でもよい。）
- 戻した大豆をよく洗う。
- お湯をわかし、大豆を煮、柔らかくなったら、ザルにあける。
- 高野豆腐を乾燥したままで、サイコロに切る。
- 鍋に調味料Aを温め、高野豆腐を煮込む。
- 大豆と、煮込んだ高野豆腐に、片栗粉をまぶす。
- 油を180度に温め、大豆と高野豆腐を揚げる。
- 調味料Bをなべで加熱し、たれを作る。
- 揚げた大豆と高野豆腐にたれをからめる。

