



# 給食だより

令和6年1月

河口湖南中学校組合立

河口湖南中学校

今年も安全で安心な給食を毎日届けられるように努めてまいります。どうぞよろしくお願いたします。

学校給食では山梨県で選定された「やまなしの食」を毎月紹介しています。今月実施される全国学校給食週間では、山梨県の様々な地域でとれた地場産物を味わい、感謝していただきます。

## 1月24日から30日は全国学校給食週間で 学校給食の歴史を振り返ってみましょう



第2次世界大戦後、日本は食糧不足になり、子どもたちもおなかをすかせていました。こうした中、世界各国から支援物資が届けられ、戦争によって中断されていた学校給食が再開されました。今は豊かになった日本ですが、当時の気持ちを忘れないために設けられ、これを記念して行われる行事が『全国学校給食週間』です。



おにぎり・さけの塩焼き・つけ物

明治22年

**学校給食のはじまり** 山形県鶴岡市の忠愛小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたちのために昼食を出したのがはじまりです。



トマトシチュー・脱脂粉乳ミルク

昭和22年

**戦後の学校給食の再開** アメリカなどから物資援助があり、給食が再開されました。ミルクにシチューやみそ汁などのおかずが一品つくだけでした。ミルクは脱脂粉乳をお湯で溶いたもので、嫌いな子どもも多かったようです。



コッペパン・ミルク・  
クジラの竜田揚げ・キャベツ

昭和25年頃～

**完全給食のはじまり(湖南中の完全給食は昭和32年2月6日から)**  
アメリカから小麦の援助を受けて、パン・ミルク・おかずの完全給食がおこなわれるようになりました。パンは大きなコッペパンでした。今ではめずらしいクジラ肉が、当時は豚肉より安かったので給食に登場しました。



ソフトめん・ミートソース  
牛乳・野菜の和え物  
くだもの・チーズ

昭和40年～45年頃

**ミルク(脱脂粉乳)から牛乳へ** 脱脂粉乳から牛乳に切りかわり、うどんとスパゲティの中間のようなソフトめんが登場するようになりました。



カレーライス(α化米)・牛乳  
サラダ・スープ・くだもの

昭和45年～50年頃

**米飯給食のはじまり** パンだけだった給食にアルファ化米が出るようになり、カレーライス、昔も今も人気のメニューです。

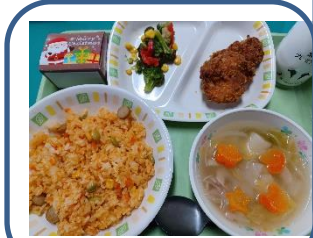
現在

**世界に誇れる学校給食** 地場産物や郷土食、行事食、世界の料理などバラエティに富んだ給食が実施され、学校の食育を進める上で重要な役割を果たしています。楽しく食べられるような工夫や栄養のバランスを考えています。



図書館とコラボ BOOK 給食

「学校給食法」が昭和29年に制定され、学校給食は教育活動として実施されています。平成20年6月には「学校における食育の推進」が新たに規定されました。学校給食は、成長期にある児童・生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、健康の増進、体位の向上を図ることに加え、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として各教科等でも活用されています。給食時間では、準備から片付けまでの実践を通して、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けています。



Xmas お楽しみ給食



まごわやさしい給食

# 給食指導 目 標

## 山梨県の郷土食を知ろう

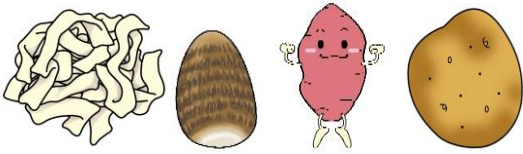
昔から伝わっている郷土食は、地域の気候や風土に合ったもので、昔の人の知恵の結晶ともいえるすばらしいものです。どうして「ほうとう」は、山梨県の郷土食なのでしょう。山梨県の80%が森林であり、米作りができる土地が少ないため、主食として収穫した麦を使った粉食文化が発展しました。中でも小麦粉を水で溶いて平たく延ばして麺にし、地域でとれる野菜を入れて味噌で煮込んだ「ほうとう」は今でも食べられ、長い間伝えられてきました。大切に食べていきたいですね。

具や作り方をおうちの人に聞いてみましょう。

ほうとうの中に何を  
入れようかな。下から選  
んでみましょう。

なぜ、「ほうとう」という名前なの？  
武田信玄が川中島の合戦の時に  
食べていた陣中食であり、信玄が自  
らの大切な刀で具材を刻んだことか  
ら「宝刀」と名付けられたという説も  
あります。

### ● 熱や力（エネルギー）になるめん、いも



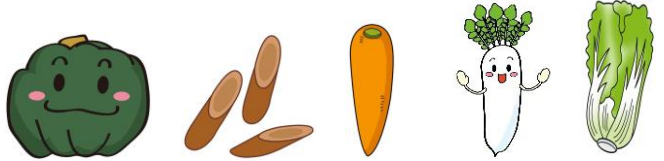
めん      里いも   さつまいも   ジャがいも等

### ● からだをつくる肉、油揚げ、みそ等

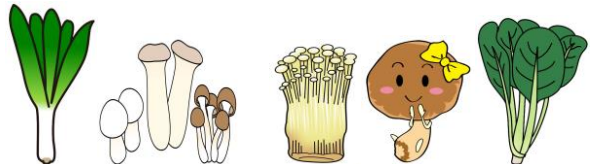


肉      油あげ      みそ等

### ● からだの調子を整える野菜、きのこ等



かぼちゃ      ごぼう      にんじん      大根   大根葉   白菜



ねぎ      えのきだけ・椎茸等のきのこ      小松菜等

【レシピ】水が入った鍋に煮干し等のだしパックを入れ、芋や野菜（時短でレンジにかけてもよい）を煮てから、肉を入れて火を通し、麺を煮て柔らかくなってから、みそで味を整える。

## やまなしの食巡り～

1月24日から30日まで学校給食週間。  
やまなしの食材は献立表と盛り付け表を見てね。

「やまなしの郷土食」クイズ BOOK はこちら  
→答えてみてね。



「やまなしの食」データベースはこちら→  
スクロールして見てね。

