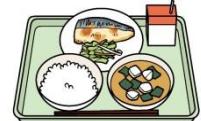


給食だより 1月

令和7年度 木江小学校調理場



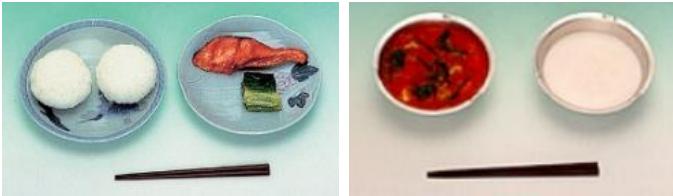
あたら とし むか
新しい年を迎えました。今年はどんな年になるのでしょうか。

さん が つ き
三学期がスタートし、学年末や卒業シーズンに向かってあわただしい日々が続きます。お正月
に つ い つ い 不規則になってしまって…、という人はいませんか？ 健康に過ごすためには、毎日
つ か さ た い せ つ 積み重ねが大切です。三学期のスイッチを早く入れましょう。



1月24日から30日は 全国学校給食週間です。

学校給食は、明治22年（1889年）に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、貧困児童を対象に行われたのが始まりです。戦争のために中断もしましたが、戦争が終わり、外国からの支援も受け昭和22年（1947年）12月24日から再開されました。



明治22年(1889年)ごろ
おにぎり 焼き魚
つけもの

昭和22年(1947年)ごろ
脱脂粉乳 スープ

食品ロスで温暖化防止・・・わたしたちにできること→ご飯を残さず食べよう！

- 令和5年度日本では、1年間に推計464万トンもの食べ物が捨てられていたそうです。これは、日本に住んでいる人が、毎日おにぎり1個分の食べ物を捨てているのと同じ量です。残った食べ物の多くは、まだ食べられるのにゴミとして捨てられてしまい、食品ロスとなります。
- ごみを燃やすと出る二酸化炭素(CO₂)というガスは、「地球温暖化」の原因といわれています。

給食メニュー紹介 (広島食べきりごはん ~食べ物を大切に、食品ロスをゼロに~)
「脱温暖化センターひろしま」発行メニューより レシピ協力：広島醉心調理製菓専門学校

1月28日(水)

広島県産ちりめんと野菜のかき揚げでがんす

材料 (4人分)

- 玉ねぎ………中1/2個
- にんじん………中1/3本
- ごぼう………中1/4本
- がんす……………2枚
- ちりめんじゃこ…大さじ3
- 薄力小麦粉…カップ1/2
- 野菜のブイヨン（または水）………60ml
- 揚げ油………適量

「がんす」は、主に広島県で食べられている魚肉練り製品です。大崎上島でも作られています。

作り方

- 具を下ごしらえする。玉ねぎは薄くスライスする。にんじんは千切りにする。ごぼうも千切りにする。がんすは1cm角に切る。
- ボウルに薄力粉・野菜のブイヨン（または水）を入れて混ぜ、衣を作る。
- ②にたまねぎ、にんじん、ごぼう、がんす、ちりめんを入れ、全体が絡むように混ぜる。
- 180℃の油できつね色になるまで、揚げる。（3～5分くらい）

地元の食材、冷蔵庫に残っている食材を使ってアレンジしてみましょう！

