

1月 給食だより

令和8年1月21日
豊田高等特別支援学校
栄養教諭

今月の給食目標 日本の伝統的な食文化を知ろう



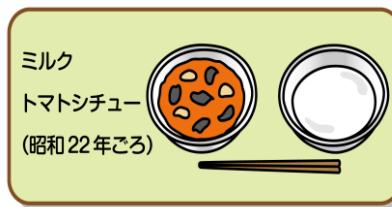
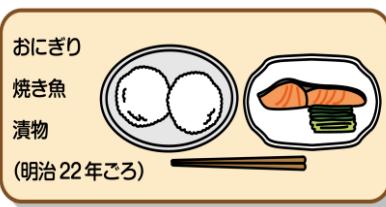
冬休みが終わり、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。1月の学校給食では、1月7日に「七草献立」、1月11日に「鏡開き献立」を提供し、日本の伝統文化に触れる機会がありました。正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。



【ごはん・牛乳・ぶりの照り焼き・紅白なます・雑煮・みかん】

全国学校給食週間

学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが戦争による食料不足などの影響で中断されてしまいました。



戦争が終わっても食料不足は続き、子どもたちの栄養状態が心配されたことから、アメリカの LARA(アジア救援公認団体)から贈られた物資を使い、給食が再開しました。昭和21年12月24日に物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みと重なるため、1月 24 日～30 日を「全国学校給食週間」と定められました。本校は入学者選考日と重なるため、2月 2 日～6 日としています。

時代の流れと共に変化を続ける「学校給食」ですが、いつの時代も、子どもたちを大切に思う気持ちが詰まっています。そんな思いを感じて、おいしくいただきましょう。



本校の自慢！農芸野菜



農芸の授業で育てたチンゲンサイとだいこんを給食に使いました。生徒の収穫の様子や厨房での調理の様子を紹介します。



全部で7kg
収穫しました！



チンゲンサイの
ごま酢和えを
作りました。



給食レシピ

チヨレギサラダ



ポイント

- 野菜は茹でた後に、すぐに冷ますことで色鮮やかに仕上がります。
- まぐろ油漬け以外に、蒸し鶏で作るのもおすすめです。

材料	分量(4人分)	処理・切り方
まぐろ油漬け	60g	油を切る
チンゲンサイ	40g	30mm幅
きゅうり	1/3本	千切り4mm
キャベツ	2枚	千切り4mm
にんじん	1/7本	千切り4mm
レモン果汁	小さじ1	全て混ぜ合わせる
食塩	ひとつまみ	
ごま油	小さじ1	
しょうゆ	小さじ1	
いりごま	2g	
刻みのり	2g	

<作り方>

- ① 野菜をさっと茹でて、流水で冷まし水気を切る。
- ② まぐろ油漬けをよくほぐし、野菜と混ぜ合わせる。
- ③ 合わせ調味料と混ぜ合わせる。
- ④ 刻みのりといりごまを混ぜ合わせる。