

# 給食だより 1月

色麻町学校給食センター  
平成22年1月

新しい年を迎え、寒さが本格化してきました。体調管理に気をつけて、元気に乗り切りたいものです。

1月は全国学校給食週間があります。そこで、色麻町、宮城県、日本のふるさとの味を中心に献立を作成しました。

## ふるさとの味、再発見!



### ずんだ

枝豆をゆでてすりつぶして、砂糖・塩で味付けしたもの。おもちやだんご、野菜をあえたりします。今回はずんだの春巻きです。

### お雑煮

年越しの時に神様にお供えしたもちや魚・野菜を新年1番に汲んだ水と新年に起こした神聖な火で煮たのがお雑煮。その土地の特産物をお供えしたので、材料や味付けは地方によって家庭によってさまざまです。「我が家のお雑煮」を継承していきましょう。

### さんま

気仙沼や女川に毎年たくさんのさんまが水揚げされます。今回は煮魚で味わいます。

### さめ

気仙沼は「フカヒレ」で有名ですが、サメの肉は加工品になることが多いようです。高たんぱく低カロリーで、あっさりしています。冷凍や冷蔵の設備がない頃は「焼きさめ」に加工されて売られていました。

フカヒレをとるのは「ヨシキリザメ」今回食べるのは「モウカザメ」です。

### くじら

かつては給食のおかすの定番だった「くじら」鮎川港は捕鯨基地で有名です。調査捕鯨でとれるくじらが学校給食用に使うことができるということで、懐かしい「オーロラ煮」にします。角切りのくじらを揚げてケチャップやソースで作ったタレをからめます。

### 笹かまぼこ

宮城県の特産品のひとつです。かつてはひらめの大漁が続き、かまぼこに加工することを思いつき、笹の葉型にして串にさして焼いたとか。魚屋

さんがそれぞれの味で毎日作っていたそうです。給食ではいそべ揚げにします。

### 油麩

登米地方の特産品です。お麩は焼いたものが多く油で揚げるのは珍しいそうです。お盆の料理や精進料理に使われます。今回は肉じゃがに入れます。「油麩丼」がB級グルメで人気です。

### せんべい汁

名前は聞いたことがあるけど、どんなおつゆなんだろう？実は味のついていない南部せんべいを割って鶏肉やきのこ、野菜を入れた汁で煮たものなのです。せんべいの独特の食感を楽しんでみましょう。

### すいとん汁

宮城県では「はっと」とか「ひつつみ」とも言われています。米があまりとれない地域で発達した料理です。特に第二次世界大戦後は少ない食料を食いつなぐために食べられました。

### <学力向上パワーアップ支援事業>

昨年12月19日に行われた「色麻の郷土料理」講習会で行われた料理を給食で取り入れます。

### きんぴら

ごぼうとにんじんをせん切りにして、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油で味付けします。お正月をはじめ冠婚葬祭のときには欠かせない料理です。切り方や味付けは「我が家流」で。給食ではこんにゃくやしいたけを入れた五目きんぴらにします。

### 鶏肉と大根の煮物

おでんのように輪切りにした大根、にんじん、しいたけ、鶏肉をじっくりと煮込みます。給食では材料を小さめに切って煮ます。

(切干とひじきの煮物は2月に実施します。)

### えごま

給食にも時々登場するえごま。今回はえごまドレッシングのサラダです。

### みそ

色麻の大豆と米を使って「色麻町生活改善クラブ」の皆さんが作っているみそを給食で使うようになって30年近くになるそうです。手間ひまかけておいしいみそづくりに取り組んでいます。

### たまご

給食で使っているたまごはもちろん色麻町産です。ハムエッグやたまごスープにしています。

### 野菜

ほうれん草、キャベツ、白菜、大根、ねぎ、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、小松菜、なす、きゅうり、トマト、レタス、ピーマン、パプリカ、いんげん、スナップえんどう、枝豆・・・。

町内の3軒の農家の方が色麻の旬の野菜を納めています。

### りんご

10月中旬から色麻町産のりんごを使っています。「陽光」と「ふじ」という品種です。皮をむいて芯を取るのは大変な作業ですが、地元の旬のりんごを味わってもらおうとがんばっています。

## 全国学校給食週間

1月24日から1週間は「全国学校給食週間」です。これは、全国で学校給食の長い歴史を振り返り、給食に携わる人たちの苦労や努力を知り、感謝の気持ちを持って給食をいただき、学校給食の意義や役割について理解と関心を深める1週間です。

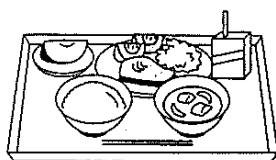
### 学校給食の変遷

学校給食が始まって、今年で121年になります。明治22年にお昼ご飯を家から持ってこれない児童を対象に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で始まりました。第二次世界大戦で食べるものがなくなり一時中断されていましたが、戦後、外国からの援助物資をもとに再開されました。

ところが、援助資金の打ち切りなどがあり存続の危機をむかえました。そこで全国の保護者などを中心に継続の要望が高まり、学校給食の法制化が進みました。昭和29年「学校給食法」が制定され、昨年度一部改正されました。

現在の学校給食は、栄養のバランスだけでなく、郷土料理や地場産物を多く活用した「生きた教材」として子供たちのあらゆる学びに役立つ「食育」中心になっています。

### 望ましい食事のモデル

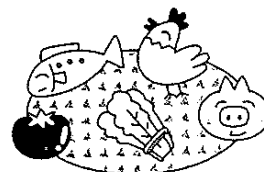


学校給食は、エネルギー量や栄養素などの1人1回あたりの基準を定めています。平成20年10月には、子供たちの「健康増進」と「食育の推進」を図るため「学校給食摂取基準」が改訂されました。たんぱく質やビタミンAなどには基準値に範囲が設けられより子供たちの食生活の実態に合わせた内容になっています。

### 食の安全

学校給食は「学校給食衛生管理の基準」のもと、徹底した衛生管理を実施しています。しかし、産地偽装や品質管理など食の安全を脅かす事件が相次いだため、食品の購入や検収・保管などにおいて「学校給食衛生管理の基準」が平成20年7月に一部改訂されました。今後も徹底した衛生管理のもと、子供たちに安全でおいしい給食を提供するよう努力してまいります。

### 「食育」中心!



### 安全でおいしい給食