



食べる力

令和5年1月

五城目第一中学校

1月24日～30日は「全国学校給食週間」です

学校給食のあゆみ

日本の学校給食は100年以上の歴史があります。年代別に見ると今とは随分ちがうことが分かります。いつの時代も成長期の栄養摂取を支えてきた学校給食に感謝していただきましょう。

明治 22 年
(1889)



山形県鶴岡市にあった私立忠愛小学校は、どの子にも教育を受けさせたいと市内の寺院が設立した学校で、貧しくて弁当を持ってこられない児童のために昼食を出したのが給食の始まりといわれています。当時の献立は、おにぎり、塩鮭、漬物でした。

昭和 20 年代
(1945 ~ 54)



昭和21年12月24日、東京などで学校給食が再開され、翌22年から全国に広がっていきました。戦後の食糧難に苦しむ日本の子どもたちのために、海外から届けられた救援物資をもとに、ミルク(脱脂粉乳)、トマトシチューなどが提供されました。

昭和 30 年代
(1955 ~ 64)



昭和29年に「学校給食法」が成立し、学習指導要領では給食が教育活動に位置づけられました。アメリカから給食用の小麦とミルクの提供があり、パンにミルクが定着していきます。
【献立】 コッペパン、ミルク、くじらの竜田揚げ、せんきやべつ、ジャム

昭和 40 年代
(1965 ~ 74)



戦後復興を遂げ、献立内容もバラエティー豊かに。昭和39年の東京オリンピックを境に脱脂粉乳が牛乳に変わっていきました。ソフト麺が登場したのもこの頃です。
【献立】 ソフト麺、牛乳、カレーシチュー、甘酢あえ、チーズ、黄桃缶詰

昭和 50・60 年代
(1975 ~ 88)



食生活の洋風化が進み、外食産業が成長し、農作物の輸入自由化も拡大。米が余り、消費拡大のために米飯給食開始。ご飯を家から持参するスタイルの学校もありました。
【献立】 ご飯、牛乳、ししゃもフライ、せんきやべつ、麻婆豆腐、みかん

平成・令和
(1989 ~)



今日の給食を描いてみよう!



バブル景気のはじけ、阪神大震災が起こり、食品の安全性に関わる事件が多発。国民の食に対する意識が高まり、平成17年に食育基本法と栄養教諭制度ができました。現在、学校給食は栄養をとるだけでなく、和食や食文化を伝承する役割なども期待されています。

作ってみよう! 給食レシピの紹介

ブロッコリーのペペロンチーノ(一人分)

〈材料〉

- ・ブロッコリー 50g
- ・ベーコン 15g
- ・塩こしょう 少々
- ・オリーブ油 10g
- ・おろしにんにく 0.6g
- ・輪切り唐辛子 0.1g



〈作り方〉

- ①ブロッコリーは茹でておく。
- ②にんにく・唐辛子をオリーブ油で軽く炒め、さらにベーコンを加えて塩こしょうで炒める。
- ③①と②を和えたら、冷やしてできあがり。



洋風ピラフ(一人分)

〈材料〉

- ・精白米 100g
- ・ベーコン 25g
- ・玉ねぎ 40g(みじん切り)
- ・しめじ 5g
- ・コーン 20g
- ・グリーンピース 6g
- ・コンソメ 3g
- ・おろしにんにく 1g
- ・有塩バター 2g
- ・塩こしょう 少々

〈作り方〉

- ①米を研ぎ、適量の水とコンソメ(分量外)を入れて炊く。
- ②バターでにんにく、ベーコン、玉ねぎ、しめじ、コーン、グリーンピースを炒め、調味料を加えて味を付ける。
- ③炊き上がったご飯に②をトク混ぜ合わせる

給食ではご飯を炒めるのが難しいため、具を別に作ってから混ぜ込んでいます。



