

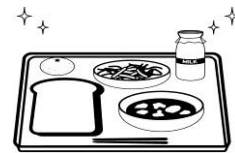
給食週間の始まり

戦後の日本は食べ物がなく、痩せて栄養失調の子どもがたくさんいました。それを知った世界の国々は、スキムミルクや缶詰を日本に送ってくれました。それらの物資をもとに、昭和21年12月24日から東京などで給食が行われました。これを記念して、1カ月後の1月24日を給食記念日とし、それを含む一週間は給食週間としています。

給食週間は特に、給食の歴史を振り返ったり、給食の役割を考えたり、給食に携わる人たちの苦勞を理解し、感謝の気持ちで給食をいただきますよう。給食週間中の献立には、地元でとれる食材に関心を持ってもらうように、鹿児島県や伊佐市で生産された食材をたくさん使用しています。

伊佐市小・中学校の給食の歴史

昭和22年	本城小・湯之尾小	ミルク給食開始
31年	湯之尾小	完全給食開始
34年	曾木小	ミルク給食開始
35年	山野小・牛尾小・本城小	完全給食開始
36年	大口小・大口東小・田中小	完全給食開始
37年	羽月小・羽月西小・菱刈小	完全給食開始
38年	針持小・曾木小・平出水小	完全給食開始
39年	南永小・山野中・大口中・菱刈中	ミルク給食開始
48年	大口市立学校給食センター開設 大口中・山野中・大口南中	完全給食開始
平成23年	伊佐市立学校給食センターとして開設し現在に至る。	
平成27年	山野中・大口南中閉校、大口中央中開校	



伊佐市立学校給食センターの給食週間中の取り組み

◎「まるごとかごしま」を1週間実施します。

<20(月)~24日(金)>

◎ 郷土料理 や 地場産物 を使った献立を実施します。

ひのひかりごはん・鶏飯・がね・デコポン
豚骨煮・煮込み地鶏うどん・い〜さ汁・ねったぽ
さつますもじ・きびなごのさくさく揚げ等

まるごとかごしまとは・・・?



平成15年度より、給食週間に実施しています。県内産の食材を使ったかごしまをまるごと味わう学校給食のことです。給食センターでは、20(月)から24日(金)の1週間に、伊佐産や県内産の食材を多く取り入れた給食を出す予定です。

みなさんに知ってほしいこと



日本の食糧自給率（私たちが食べている物の中で、日本で作られている物の割合）は29年度の調査によるとカロリーベースで38%になりました。あとの62%は他の国ででき、輸入されてきた物に頼っています。そのような現状の中で、地元で栽培・飼育された材料で作られた、学校給食を食べることは、素晴らしいことだと思います。



鹿児島県は、田畑も多く、海に囲まれ、南北600kmと広域にわたる土地から、多くの海の幸、山の幸を育んでいます。できるだけ身近な場所で生産された物を食べて欲しいと思います。給食週間は、肉や野菜や米・果物とバラエティに富んだ給食が自白押しです。お楽しみに！

- ※ ミルク給食・・・牛乳だけの給食。ご飯は各自お弁当を持ってきました。
- ※ 完全給食・・・主食・主菜・副菜・牛乳がそろった給食。

いさし きゅうしょく 伊佐市の給食ってこうやって作られているんだね！

※ みんなで作業を分担し、時間内に給食を届けられるよ

うにしています。

7:30~7:50

5分間流水をしたり、爪ブラシのセッティングをしたり、トイレのドアノブの消毒を行います。

7:30~8:00

清潔な白衣・帽子・マスクをつけ、手をブラシで洗います。その後、消毒をして、作業が始まります！

7:40~9:30

野菜屋さん、肉屋さん、パン屋さん、牛乳屋さんなど、それぞれのお店から、その日に使う材料が届けられ、品質・量などを確認します。

7:45~10:30



野菜は3回洗って切ります。その後、煮たり、揚げたり、それぞれに調理していきます。できあがったものは、中心まで火が通っているか、温度チェックをします。

7:45~8:15

消毒係の人が調理場内の消毒や作業前の準備をします。



10:30~11:00



できあがった給食をクラスごとに配缶し、コンテナに入れて配送します。釜やエプロンなど、午前中に使用したものの洗浄をします。



毎日の給食はたくさんの人の協力できています。みなさんも丈夫な身体を作るために、残さず感謝していただきます。

1/20 (月)	さつますもじ	<p>みなさん、こんにちは。今週は「鹿児島をまるごと味わう学校給食週間」です。</p> <p>今日のご飯は、鹿児島の郷土料理として昔から作られている「さつますもじ」です。さつます揚げなど鹿児島の特産品を使います。給食風さつますもじを味わってください。</p> <p>また、「きびなご」は、鹿児島の郷土料理に欠かすことのできない魚で、ウルメイワシ科の体長10cmくらいの小魚です。今日は、阿久根で水揚げされ阿久根で作られたフライです。サクサクに揚がっていますので、魚の骨も丸ごと食べられ、カルシウムもたっぷりとれます。</p> <p>学校の給食は、たくさんの人たちが心をこめて手をかけ、時間をかけて作っています。その御苦労に感謝して残さず食べて下さいね。</p> <p>今週は色々な鹿児島や伊佐の食べ物が出ます。お楽しみに。</p>
	あお 鱈 さとうずら 卵 のすまし汁	
	きびなごのサクサク揚げ	
	ぎゆうにゅう 牛乳	
1/21 (火)	むぎ 麦ごはん	<p>今日の豚骨のみそ煮は、大きめに切った大根などの野菜とぶつ切りにした豚のあばら骨の先端にある肉（豚軟骨）を、黒砂糖とみそ・鹿児島の焼酎を加えてとろ火でゆっくりと煮込んで作りました。豚骨のみそ煮は鹿児島の郷土料理で、約300年前にさつまの武士が戦場や狩り場で作ったのが始まりで、「待てば待つほどよい味になる」と言われています。今回は軟骨を使っているので、コラーゲンが溶けだし、よりとろりとしておいしいみそ煮になっています。</p> <p>豆もやしは大豆を発芽させて作ります。大豆の時にはなかったビタミンCが生成されるほか、ビタミンB2が豆のときより増加します。いろんな野菜や海藻と一緒にごま酢で和えて栄養も満点です。よく噛んでおいしくいただきますよ。</p>
	とんこつ 豚骨のみそ煮	
	まめ 豆もやしのごま酢和え	
	ぎゆうにゅう 牛乳	

1 / 2 2 (水)	ひのひかりごはん	今日は、伊佐市で作られたヒノヒカリを炊いた、真っ白でピカピカの「ひのひかりごはん」です。 伊佐は鹿児島県でも有数の米どころで、清らかな水と朝・夕と昼の気温の差が大きいので、とてもおいしいお米が出来て全国でも有名です。
	い〜さ汁	い〜さ汁には、伊佐で作った水田ごぼう・人参・大根・ほししいたけ・大豆・金山ねぎ・麦みそが入っています。野菜はビタミンAやビタミンCがたっぷり含まれ、体の抵抗力を高め、風邪などを予防したり、便秘を防いでくれます。また、汁物に入っている水田ごぼうはその名の通り水田で作られますが、柔らかく生でもたべられるのが特徴です。また、畑で作るごぼうに比べ水田で作るので、農薬を減らせるそうです。
	鶏肉のみそマヨ焼き	ブロッコリーは、栄養が豊富で、ビタミンA・B・C・E またミネラルでは、カリウム・鉄分・カルシウムが多く含まれます。主な働きとして、風邪の予防や免疫力アップに効果があります。給食では、年間通してよく使用されていますが、旬は11月〜3月になります。おかずの付け合わせとして、シチューなどの青みとして家でも積極的に食べましょう。
	ブロッコリーのゆかり和え	
	牛乳	
1 / 2 3 (木)	黒糖パン	今日のパンは、黒糖パンです。江戸時代に中国から作り方を伝えられたという黒糖は、鹿児島の歴史ある食品の一つです。鹿児島の離島ではさとうきびの搾り汁を釜で煮詰めた手作りの黒糖が作られています。黒糖パンは生地に約15%の黒糖が練りこまれています。
	煮込み地鶏うどん	煮込みうどんの地鶏は鹿児島産です。鹿児島は鶏肉の生産量は多く、宮崎に次いで第2位の高産量を誇り、栄養価も高いです。
	干草焼き	干草焼とは溶き卵の中にたくさんの物を加えて焼いた料理で、干草とはいろいろな材料をとり合わせた料理につける名称です。6種類の具材が入った栄養バランスの良い食品です。
	デコポン	デコポンとは柑橘類の一つ「清美」と「ポンカン」の交配により作られた品種で、鹿児島で栽培された甘みの強いみかんです。
	牛乳	おいしくいただきます。

1/24
(金)

あまみ けいはん
奄美の鶏飯

(むぎ
麦ごはん・く
貝・スープ・
きざみのり)

がね

ねったぼ

ぎゅうにゅう
牛乳

きょう あまみ けいはん やく ねん まえ あまみ ちほう つた きょうどりょうり えどしだい なんかい
今日の奄美の鶏飯は、約400年ほど前から奄美地方に伝わる郷土料理です。江戸時代に、南海の

あらなみ あまみ おおしま みまわ く さつまはん やくにん つく りょうり い
荒波をわたって奄美大島へ見回りに来る薩摩藩の役人をもてなすために作られた料理であったと言

われています。

かつて、鹿児島ではほとんどの家庭で鶏を飼い、祝い事や来客の時のもてなしに、鶏をつぶし

て、ごちそうしていました。本来は鶏肉や錦糸卵、椎茸、漬物などの貝を一品一品きれいに盛り付け

て出しますが、給食では一緒に混ぜています。アツアツのとりガラスープをかけて食べましょう。

鶏飯は、冬の寒い時期はもちろん、夏の暑い時期にもサラサラと食べられるので、1年中人気のメ

ニューです。

がねは、さつまいもや他の野菜を細切りにして小麦粉でまとめて揚げたものです。これも鹿児島の

郷土料理で、各家庭の味があります。形がカニに似ていることから、かに→がに→がねとなってい

ったと言われています。

「ねったぼ」は蒸したさつまいもと餅、砂糖などで作る餅。鹿児島県や宮崎県の都城地方で食べ

られている郷土料理です。「ねったぼ」とは、練ったぼたもちとも、また、「ぼったぼった」と練っ

てつくところからその名がついたともいわれています。

今週一週間給食について改めて考えてもらいました。これからも、食べ物の命や、給食がで

きるまでに関わっている多くの方々への感謝の気持ちを持ち、給食を残さず食べて下さいね。