

1月

# 給食だより



令和7年1月

新しい年が始まりました。給食センターでは今年も安全でおいしい給食作りをして、みなさんの健やかな成長を応援していきます。好き嫌いせずしっかり食べていきましょう。



**全国学校給食週間とは？** 学校給食の意義や役割などについて多くの方に知ってもらい、学校給食の充実と発展を図ることを目的として定められました。

**学校給食の始まり** 明治22年に山形県のお寺で、貧困児を対象に  
昼食を無償で提供したことが始まりと言われています。  
献立は、おにぎり、塩さけ、青菜の漬け物といった簡単なものだったそうです。



**学校給食の広がり** 第二次世界大戦後の日本は食糧不足に見舞われ、子どもたちはやせ細り、いつもおなかをすかせていました。こうした状況に世界各国から支援物資が届けられ、戦争で中断されていた学校給食が再開されました。戦後、学校給食は教育活動の一つに位置付けられました。

**現在の学校給食** 栄養のバランスがとれた献立で、子どもたちの健康や成長を支えています。また、地域の地場産や食文化、命の大切さ、食に関わる人やものへの感謝の気持ちなど、将来にわたって児童生徒のみなさんが心身ともに豊かな生活を送っていくために大切なことを毎日の給食を通して伝え、学んでいく場になっています。

学校給食週間中は、夏休みに実施した給食コンテストの受賞作品を提供します。

ねんど していやさい  
ブロッコリーは、2026年度から指定野菜となります。

### していやさい 指定野菜とは

とく しょうひりょう おお こくみんせいかつ じゅうよう やさい くに してい やさい やさい かかく  
特に消費量が多く、国民生活に重要な野菜として、国が指定している野菜です。野菜の価格が  
げらく 下ろしたときも指定野菜の大規模生産者には国から補助金などのサポートがあり、安定的な流通が  
たも 保たれます。現在は14品目の野菜が指定されており、そこに、ブロッコリーが追加されます。

### していやさい せんてい りゆう ★ブロッコリーが指定野菜に選定された理由

やさい えいよう ほうふ よ きがる た  
野菜としての栄養も豊富でいりどりも良く、気軽に食べる  
ことができ、年々消費量が増えていることが認められました。



### せいさんち ★ブロッコリーの生産地

にっぽんかくち せいさん きせつ せいさんち か いちねんじゅうでまわ やさい  
日本各地で生産されており、季節によって生産地を変えながら一年中出回る野菜です。  
さいたまけん ほっかいどう つ こくないせいさんのようだい い  
埼玉県は北海道に次いでブロッコリー国内生産量第2位です。ふゆ はる よしかわし  
冬から春にかけて吉川市でもた  
くさん栽培されています。

きゅうしょく いた もの りょうり つうねんしりょう  
給食では、サラダや炒め物、スープなどいろいろな料理で通年使用しています。

## 給食レシピ紹介



給食で人気のあるブロッコリーが主役の一品です。ぜひ作ってみてください。

### ブロッコリーのガーリックソテー

★材料（4人分）★ ※小学校中学年量の分量で紹介しています。

- |               |                   |
|---------------|-------------------|
| • ブロッコリー 120g | • 食塩 少々（味をみて必要なら） |
| • キャベツ 60g    | • 薄口しょうゆ 小さじ1     |
| • ベーコン 40g    | • こしょう 少々         |
| • にんにく 1かけ    | • 油 小さじ1          |



- ① ブロッコリーは小さめの房に分けて茹でる。キャベツは短めの1cm幅程度の短冊切りにする。
- ② ベーコンは1cm幅の短冊切り、にんにくはみじん切りにする。
- ③ フライパンに油をひき、中火でにんにく、ベーコンを炒め、キャベツを加えてさらに炒める。
- ④ キャベツに火が通ったら、①のブロッコリーを加え、薄口しょうゆ、こしょう、食塩で味を調える。

### レシピのアドバイス

ブロッコリーは冷凍のものでも。ブロッコリーが多めにある場合、キャベツをブロッコリーに代えて作っても良いと思います。薄口しょうゆが無い場合は、ご家庭にある醤油で代用可能です。