

1月給食だより

2026年1月8日
町田市立町田第四小学校
校長 坂西 圭子
栄養士 大山 道子

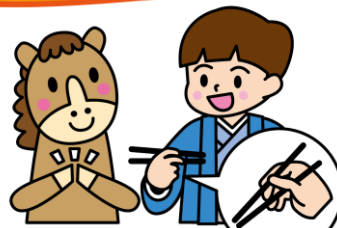
2026年がはじまりました。1月から3月は、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。体調管理にはより一層気をつけて、1日1日を大切に過ごしましょう。



今年はうま年!



うまのように野菜を
たっぷり食べよう!



箸をうまく使いこなして
きれいに食べよう!



よく味わってうま味
を感じよう!



1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう!

日本の学校給食は、1889（明治22）年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。

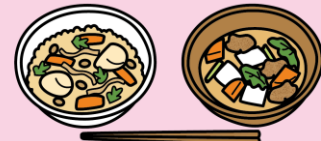
戦争が終わり、子どもたちに栄養状態の悪化が心配されたことから、1946（昭和21）年に、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。

明治22年ごろ



おにぎり 塩ザケ 漬物

大正12年ごろ



五色ごはん 栄養みそ汁

昭和17年ごろ



すいとんのみそ汁

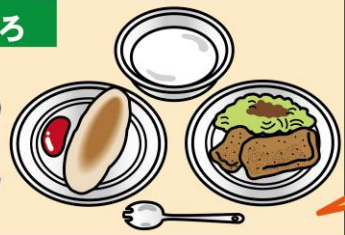
昭和22年ごろ



ミルク（脱脂粉乳） トマトシチュー

昭和27年ごろ

コッペパン
ミルク（脱脂粉乳）
鯨肉の竜田揚げ
せん切りキャベツ
ジャム



昭和25年に、
アメリカから寄贈
された小麦粉でパンが
作られ、「パン・ミル
ク・おかす」の完全
給食が始まりました。

＜今月のこんだてより＞ ～白身魚のみそマヨネーズ焼き 中学年4人分～

☆白身魚	40g×4切れ	☆冷凍コーン	15g
☆白ワイン	小さじ2	☆パセリ	少々
☆炒め	少々	☆マヨネーズ	大さじ21/3
☆玉ねぎ	60g	☆白みそ	小さじ2
☆にんじん	15g	☆白すりごま	小さじ2/3
☆ほんしめじ	25g	☆アルミカップ（小判・大）	4枚

- ① にんじんは短めのせん切り、玉ねぎはスライス、パセリはみじん切り、しめじはほぐす。
- ② 冷凍コーンをサッとボイルする。
- ③ 魚に白ワインをふる。
- ④ 油で野菜を炒め、あら熱をとり、白みそ、マヨネーズ、すりごまを加える。
- ⑤ カップに魚を入れ④をかけ、オーブン（170℃、17～18分）で焼く。



食材産地について（12月使用分）



食材	産地（都道府県）	食材	産地（都道府県）	食材	産地（都道府県）
玉ねぎ	北海道	大根	神奈川	鶏肉	岩手
人参	千葉	さつまいも	茨城	豚肉	神奈川 群馬
きゅうり	群馬 神奈川 宮崎 千葉	ピーマン	鹿児島		
きゃべつ	愛知	まいたけ	群馬		
にら	栃木	里芋	埼玉		
しょうが	熊本	じゃがいも	北海道	ししゃも	ノルウェー アイスランド カナダ
もやし	栃木	しめじ	長野	さば	ノルウェー
ねぎ	青森 埼玉 群馬	エリンギ	長野	ホキ	ニュージーランド オーストラリア
こまつな	埼玉 神奈川	ほうれんそう	埼玉	いか	ペルー
かぼちゃ	北海道	パプリカ	韓国		
いんげん	千葉 鹿児島	かぶ	千葉		
えのきたけ	長野	ブロッコリー	愛知		
白菜	茨城	しいたけ	岩手		
ごぼう	青森				
にんにく	青森	べにまどonna	愛媛	米	山形 北海道 福島