

突撃！わらびの学校給食



『お正月献立』



令和3年1月

昨年は、学校給食へのご理解・ご協力をいただき、ありがとうございました。本年も子供たちへ「安心・安全でおいしい給食」を届けることが出来るように、給食センター一同、がんばります。よろしくお願いいたします。

蕨市では、小学校は13日、中学校は12日より3学期の給食が始まりました。ごはんの初日には、「お正月献立」としてお雑煮を提供しました。



昨年、「学校給食のメニュー作り」で応募のあった献立です。今年は赤色のかまぼこを入れて、彩りを鮮やかに仕上げました。1つ1つ丁寧に食べやすい大きさに切りました。

かまぼこと昆布のうまみが特徴の料理です。

島原ばあちゃんの具雑煮は、長崎県島原の「具雑煮」と呼ばれる郷土料理をアレンジした料理です。給食ではおもちの代わりにトックを使っています。(HPでレシピも公開しています。)



中学校

1月13日の献立

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ホッケのフライ
- ・きゅうりのごま醤油和え
- ・島原ばあちゃんの具雑煮

突撃！わらびの学校給食

『調理員さんのアイデア献立』令和3年1月

12月に引き続き、調理員さんが「みんなと食べたい給食」をテーマに考えてくれた献立が登場します。

◎第3弾

埼玉県が全国に誇る野菜の1つに「くわい」があります。「くわい」は、大きな芽が特徴の野菜です。その見た目から「芽出たい（めでたい）」として、お正月のおせち料理に使われています。今回は、さいたま市で収穫された「くわい」を使い『くわいごはん』を作りました。小学校ではA校で20日、B校で22日、中学校では15日に登場します。

『小松菜とにんじんのゆず和え』は、埼玉県の毛呂山で収穫された香りのよいゆず果汁を使った和え物です。

くわいは、ほろ苦さが特徴の野菜です。
くわいの味を楽しめましたか？



中学校

1月15日の献立

- ・くわいごはん
- ・牛乳
- ・白身魚の天ぷら
- ・小松菜とにんじんのゆず和え

突撃！わらびの学校給食

『鹿児島県産おさかなフェア』

令和3年1月

先月に引き続き、『学校におけるおさかな消費緊急対策事業』の一環で、鹿児島県で養殖された「カンパチ」が小学校では29日、中学校では28日に給食に登場しました。

1・2月はブランドカンパチ「海の桜勘^{おうかん}」が登場です。1月は竜田揚げにしました。初めて食べる味わいに調理員さんも感動していました。



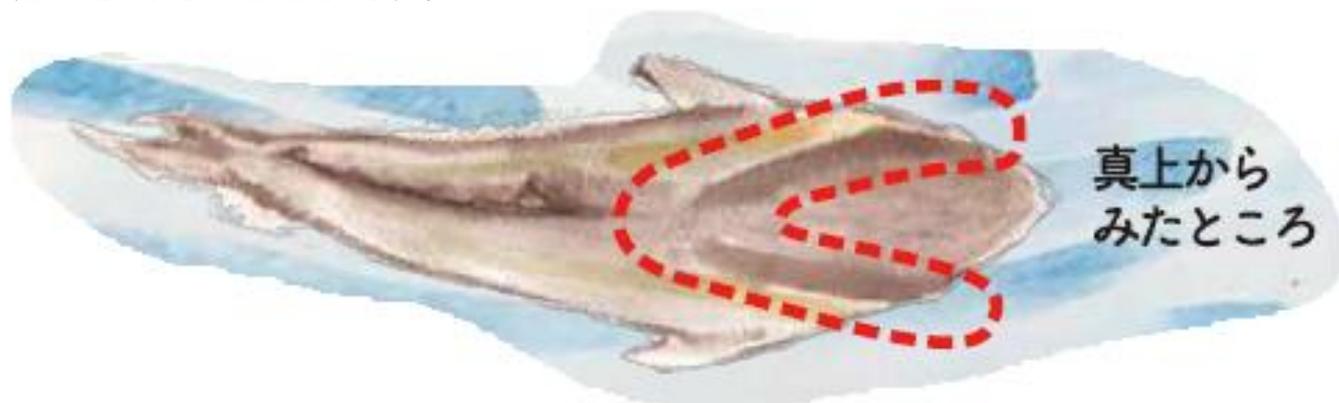
中学校

1月28日の献立

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・カンパチ竜田揚げ
- ・菜の花とキャベツの
塩昆布和え
- ・さつま汁

カンパチは成長とともに名前が変わる「出世魚」と呼ばれています。地域によって多くの呼び名をもつ「カンパチ」。関東では、成長段階によって「シヨッコ」→「シオゴ」→「アカハナ」→「カンパチ」と呼ばれています。

名前の由来は、泳いでいる時、頭の上に漢数字の『八』が見えることから名付けられているそうです。



(参照：鹿児島県漁業協同組合連合会「カイくんとかごしまのおさかな」)

突撃！わらびの学校給食

～食べて、歴史発見！～

『全国学校給食週間』

令和3年1月



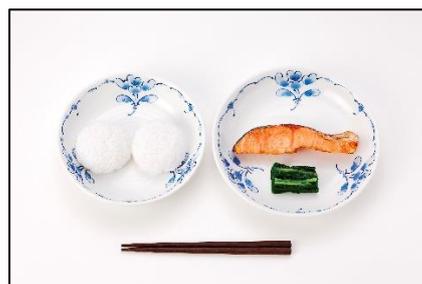
1月24日から30日は、『全国学校給食週間』です。明治22年に山形県の忠愛小学校で学校給食が始まってから、131年が経ちました。戦争によって中断されながらも、様々な歴史をたどり、現在まで続いています。この期間には、昔の給食を振り返る献立が登場します。（歴史の詳細は、令和3年1月の給食だよりをご覧ください。）

※記念碑、昔の給食の写真については、学校給食歴史館のレプリカです。

◎明治22年頃～昭和20年頃

明治22年に忠愛小学校で始まった当時の献立は、「焼き魚」と「漬け物」だったようです。汁物の「すいとん汁」は、戦争中の食べ物が不足している時などによく食べられていました。

「すいとん」は、小麦粉を水で練って作る郷土料理です。ごはんが足りないときや、日常食としてよく食べられていました。



中学校

1月25日の献立

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・鮭の塩焼き
- ・白菜の浅漬け
- ・すいとん汁

◎昭和20～30年頃

昔の給食の主食は、ほとんどがパンでした。当時は、「コッペパン」と「ジャム」の組み合わせが定番だったようです。

当時のミルクは、脱脂粉乳をお湯などで溶いたものでした。



小学校

1月25日の献立

- ・コッペパン
- ・いちごジャム
- ・牛乳
- ・ボイルウィンナー(2本)
- ・コールスローサラダ
- ・ホワイトシチュー

◎昭和40年頃

昭和40年頃に、パン以外の主食として「ソフト麺」が登場しました。ミートソースは、ソフト麺のつけ汁として定番の料理でした。



中学校

1月29日の献立

- ・ソフト麺
- ・牛乳
- ・ミートソース
- ・アンサンブルエッグ
- ・フレンチサラダ

突撃！わらびの学校給食

『卒業生のリクエスト給食』

令和3年1月

今年度は卒業生の門出を記念して、小学校6年生と中学校3年生を対象に、『リクエスト給食』のアンケートを行いました。リクエストの多かった献立を1～3月の給食に取り入れています。

★揚げパン【中学生のリクエスト】

子供たちに大人気の「揚げパン」は、どこの教室でも『おかわりジャンケン』になるようです。蕨市では、砂糖・ココア・きなこ味の揚げパンがありますが、1番の人気はココアでした。



中学校

1月12日の献立

- ・ツイストココア揚げパン
- ・牛乳
- ・キッシュ風オムレツ
- ・カラフルサラダ
- ・ミートボールの
スパイシートマト煮込み

★りんごのタルト【小・中学生のリクエスト】

生地には米粉を使ったタルトです。サクサクとした食感が子供たちに人気だったようです。



小学校

1月15日の献立

- ・ペストリー
- ・牛乳
- ・鶏肉のケチャップ煮
- ・温野菜
- ・ラビオリスープ
- ・りんごのタルト

★チキンカレー 【小・中学生のリクエスト】

★コーヒーミルク【小学生のリクエスト】

みんな大好きな「カレー」。王道の『チキンカレー』『ポークカレー』はもちろん、旬の食材や地域の食材を使ったカレーも提供してきました。また、運動会の時期には、豚カツを合わせて『カツカレー』に出来るようにしました。

中学校へと提供した日は、私立入試集中日の前日でもあり「受験に勝つ（カツ）！」の願いを込めて、調理しました。



中学校

1月21日の献立

- ・ごはん
- ・コーヒーミルク
- ・チキンカレー
- ・豚カツ
- ・ピリ辛和え

★ホワイトシチュー 【中学生のリクエスト】

「おいしいから！」との声があり、全国学校給食週間のなつかしい給食と合わせて登場させました。蕨市のシチューは、季節の食材や埼玉県の名産品を使うなど、具にこだわりをもって提供してきました。



中学校

1月26日の献立

- ・コッペパン
- ・いちごジャム
- ・牛乳
- ・ボイルウィンナー（2本）
- ・コールスローサラダ
- ・ホワイトシチュー

★キムチチャーハン&海藻サラダ【中学生のリクエスト】

「キムチチャーハン」は、小学校低学年も食べることにできるように、キムチの量を調整しています。給食センターで炊くごはんの中では、いつも人気のまた食べたいとリクエストの多い献立です。

「海藻サラダ」は、小学校3年生の『好き苦手調べ』では、意見が半分ずつに分かれます。海藻が苦手な人も、海藻サラダをきっかけに、克服した人が多いようです。



中学校

1月27日の献立

- ・キムチチャーハン
- ・牛乳
- ・蒸しぎょうざ(3個)
- ・海藻サラダ

***** 給食の時間の思い出 *****

卒業生に、『リクエスト給食』と一緒に「給食の時間の思い出」についても聞きました。

(おかわりの)
ジャンケン大会!

おかわりを
たくさんした!



友だちと話しながら食べたこと!

お昼の時間の校内放送
(音楽やアンケート結果の発表)を聞くのが
楽しかった。

他にも、クラスの仲間たちと楽しく過ごしたエピソードがたくさんありました。卒業まで残り2か月ですが、子供たちには楽しく、おいしい給食の時間を過ごしてもらえたら…と思います。