

12月 給食だより

令和 7 年 1 2 月 甘楽町学校給食センター

寒さが身にしみる季節になりました。今年も残すところあと 1 ヶ月です。体調をくずさないように規則正しい生活習慣と栄養バランスのよい食事を心がけて、楽しい冬休みがむかえられるようにしましょう。

12月7日は「甘楽町学校給食の日」です。

昭和 7 年 1 2 月 7 日に日本で最初に栄養を考えた学校給食が甘楽町の福島小学校で始まりました。昭和 9 年 1 1 月には、昭和天皇が侍従を福島小学校に訪ねられ学校給食の様子を視察されました。この時のことを記念して、「給食記念碑」が福島小学校の校庭に建てられています。

そして、2012年に県立歴史博物館所蔵の資料から当時の献立表などが見つかり、献立が再現されました。町では、この年「学校給食発祥の地」として「甘楽町学校給食の日」（12月7日）を制定しました。毎年この日の前後の給食に当時のメニューの「みそスチュー」や「豆みそ」などを出しています。



学校給食碑

昔の「みそスチュー」はどんな献立だったのでしょうか？

名	品目	数量	調理法
合	食		
計	大豆	150g	煮
	豚肉	150g	煮
	味噌	150g	煮
	砂糖	150g	煮
	醤油	150g	煮
	塩	150g	煮
	水	150g	煮
	レモン汁	150g	煮
	さつまいも	150g	煮
	りんご	150g	煮
	水	150g	煮
	レモン汁	150g	煮

今では当たり前のように食べている肉や魚、乳製品ですが、当時はこれらを手に入れるのは難しい時代でした。ですからシチューを作るように畑のお肉といわれている「大豆」を使ったり、コクや旨味が出るように煮干しや豚の脂を使ったりして作っていたようです。牛乳やバターが入っていないので、現代のシチューとはずいぶん違っていたと思いますが、子どもたちの健康を願って考えられた愛情たっぷりの料理だったのではないのでしょうか。



昭和初期の群馬県の青年の体格は、他県の人に比べて劣っていたそうです。それを改善するために、カロリーやたんぱく質など「栄養を考えた給食」が出されるようになりました。

12月8日は「有機野菜の日」

「有機農業の推進に関する法律」（通称：有機農業推進法）が成立してから 10 周年を記念し、2016 年に 12 月 8 日が記念日「有機農業の日」として制定されました。

有機農業とは、化学肥料や化学農薬を原則使わず、可能な限り環境に配慮した栽培方法であり、土壌環境や生物の多様性など農業生態系を守ることにつながります。

給食センターでは、12 月 8 日を「有機野菜の日」として取り組みます。



「有機 JAS マーク」
有機の商品に、このマークがつきます。
太陽と雲と植物をイメージしたデザインです。

12 月の献立には、有機野菜をメインにした献立を取り入れています。

12/3 有機米と有機大豆の豆ごはん

12/4 有機さつま芋とりんご煮

12/8 菊芋ナムル・みそスチュー（大豆・ほうれん草・にんじん）

献立表の食材名に★印がついているものは、有機栽培されたものです。



甘楽町オーガニックフードレシピをご紹介します



さつま芋とりんご煮

【作りやすい分量】

さつまいも 300g（中 1 本）
りんご 150g（約 1/2 個）
水 300cc
レモン汁 大さじ 1（酢でも可）

【作り方】

- ① さつまいもとりんごは厚さ 1 cm 程度のいちょう切りにする。
- ② 鍋にさつまいもと水を入れて煮る。さつまいもが柔らかくなってきたらりんごを入れてさらに煮る。
- ③ 水分を飛ばしながら、りんごに火が通ったらレモン汁を加え混ぜる。

* さつまいもの甘さがたりないときは、お好みで砂糖を加えてください。



菊芋なたね油ナムル

【作りやすい分量】

きくいも 100g
なたね油 小さじ 2（ごま油でも可）
しょうゆ 大さじ 1

【作り方】

- ① きくいもはよく洗い、皮つきのまま薄切りにする。
- ② ①になたね油としょうゆを混ぜて出来上がり。

* きくいもは、道の駅などで購入することができます。
* 給食では、食べやすいようドレッシングを使います。

