

鳥取県

学校給食会だより



令和5年1月10日

HPアドレス: <http://www.togk.or.jp>

1月号 (No.255)

(公財)鳥取県学校給食会
鳥取市安長字前内387-1
(TEL) 0857-23-7084
(FAX) 0857-27-8040
E-mail: kenkyu@togk.or.jp

新年あけましておめでとうございます

2023年 新年あけましておめでとうございます。今年の干支のうさぎは、飛躍、躍動と活動的で動き出す年と言われています。長いコロナ禍が続いておりますが、今年こそはコロナの収束を期待したいところです。さて、本年も昨年以上にぴょんと飛躍の一年になりますように、職員一同頑張りたいと思います。

今月は、鳥取県産小麦をご提供いただいております、大山こむぎプロジェクト事務局の笠谷氏にご執筆いただきました。近年では、鳥取県内の多くの小中学校で、この鳥取県産小麦を使用した学校給食用パンが提供されるようになりました。取り組みが始まった頃に比べて収穫量もずいぶん増え、安定的な供給もできるようになりました。是非、鳥取を代表する大山の山麓で生産させた小麦を、鳥取に住む子ども達に食べてほしいと思います。

食と健康の伝言板 大山こむぎプロジェクト

新年明けましておめでとうございます。
いつも、お世話になっております大山こむぎプロジェクトです。
皆様のおかげで、プロジェクトも13年目を迎えることが出来ました。
2,7トンから始まった取組も昨年240トンまで収量も増え、ここ数年で品質・量とも安定供給を出来る体制を整えることが出来ました。特に意識していることが2つあります。
1つ目は、“安全”に関してです。
生産者、製粉会社なども情報提供、意識共有をおこない、残留農薬、カビ毒等の検査を厳格な検査基準でクリアしています。
“安心”して食べていただけることをモットーとしています。
2つ目は、“価格”に関してです。
30年間、麦の栽培をしていない鳥取県において小麦に関わる産業は皆無です。
小麦を熊本へ輸送し、製粉して粉となって戻ってきて初めてパンになります。
当然、コストの積み上げは、製品価格へ転嫁されてしまいます。
ここ数年、生産者・製粉会社などを関係する皆様のご理解とご協力で価格に関して見直しさせて頂ける環境となりました。
国際情勢の悪化に起因し、物価高は天井が見えてきませんが、少しばかりですがご協力が出来たら幸甚です。
1月上旬に来年度産の小麦の種まきを終えております。
今年は圃場にも雪がつもっている日が多いように予測されますが、目を出した小麦は雪の下で春を待っています。
学校給食を食べてくださる鳥取の未来の宝の生徒の皆様にも今後“安全”で“美味しい”原料共有を出来るように頑張ります。
どうぞ、引き続き、宜しくお願いします。感謝



学校給食レシピ紹介

今月号では、鳥取市立国府学校給食センターの「若鶏肉とさつまいもの揚げ煮」をご紹介します。

鶏肉とさつまいもを揚げて、調理量とからめるだけで、ご飯によくあうおかずが1品できます。作り方もとてもシンプルなので、是非お家で作ってみてはどうでしょうか。

次号では、鳥取県立鳥取養護学校のレシピを紹介予定ですのでお楽しみに!



NO.8 若鶏肉とさつまいもの揚げ煮

【材料(4人分)】

- 鶏もも肉.....160g
- 片栗粉.....18g(大さじ2)
- 小麦粉.....9g(大さじ1)
- さつまいも.....70g
- 揚げ油.....適量
- すりおろししょうが.....2g
- 三温糖.....9g(大さじ1)
- ケチャップ.....24g(小さじ4)
- こいくちしょうゆ.....6g(小さじ1)

【作り方】

- ① 鶏肉は1cm角に切り、片栗粉と小麦粉をまぶして揚げます。さつまいもは1cm角に切って素揚げします。
- ② Aの材料を小鍋で煮立て、①を入れてからめます。



【ポイント】

一口大の大きさに食材を切ることで、よりソースが全体にからまります。ご飯とよく合い、冷めても美味しくいただけます。

協力：鳥取県学校栄養士協議会
国府学校給食センター



1月24日から30日は全国学校給食週間です

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割についてたくさんの人に知ってもらい、これからの学校給食について考えてもらうことを目的としています。

学校給食の始まりは、明治22年山形県鶴岡町(現在:鶴岡市)にある小学校で始まりました。家庭が貧しくお弁当を持ってこれない子ども達のために無料で食事を提供したことが発祥とされています。

その後、全国で学校給食が実施されるようになりましたが、戦争による食糧不足で中止することとなりました。

戦後、子ども達の栄養失調を改善しようと、外国からの援助で給食が再開されました。昭和21年12月24日に新しい学校給食が始まったことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、すぐに冬休みに入ってしまうため、1か月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」と決めました。

現在では、食べるのが困難だった時代とは大きく変わり、偏った栄養摂取をはじめ生活習慣病の増加など、子ども達の健康状態が心配されることから、バランスの良い食事のお手本として、学校給食は食育を推進するための「生きた教材」としての役割を担っています。

明治22年



今が旬 みかんの秘密

寒くなると「こたつにみかん」というイメージの方も多いのではないのでしょうか。寒さで風邪をひきがちな冬は、こたつで温まりながら、ビタミンCが豊富なみかんを食べてみてはどうでしょうか。

みかんを食べる時、みかんの白い筋は食べていますか?この筋には、高血圧予防や毛細血管を丈夫にする「ヘスペリジン」というビタミンが多く含まれています。みかんの栄養をがっちり吸収するには、筋も一緒に丸ごと食べるのが正解です。

