



# 食育だより

令和5年1月号  
知立市学校給食センター



明けましておめでとうございます。冬休みは、元気に楽しく過ごせましたか。楽しく食べることは、体や心を元気にします。「食」を楽しみ、元気に1年をスタートしましょう。



## 今と未来はつながっているよ

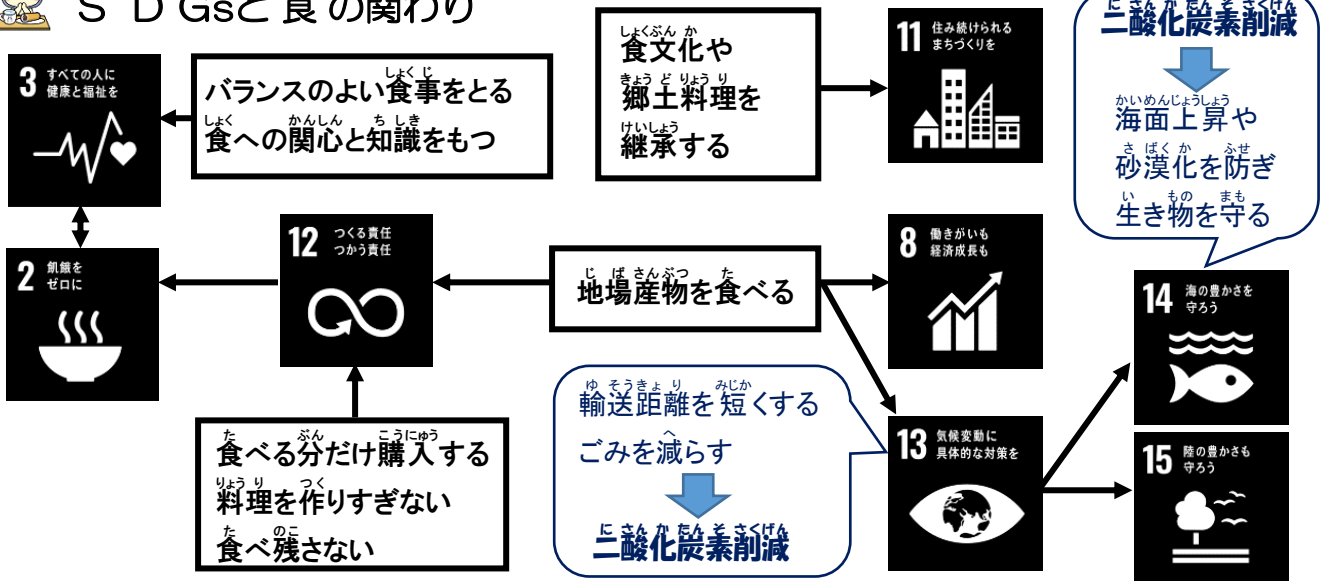
### SDGsってなに？



SDGsとは、未来の子どもたちのために、地球環境と資源を守りながら、今の生活をよりよい状態にしていく世界共通の目標のことを言います。貧困や健康、環境などさまざまな問題の根本的な解決を目指し、17の項目が設定されています。



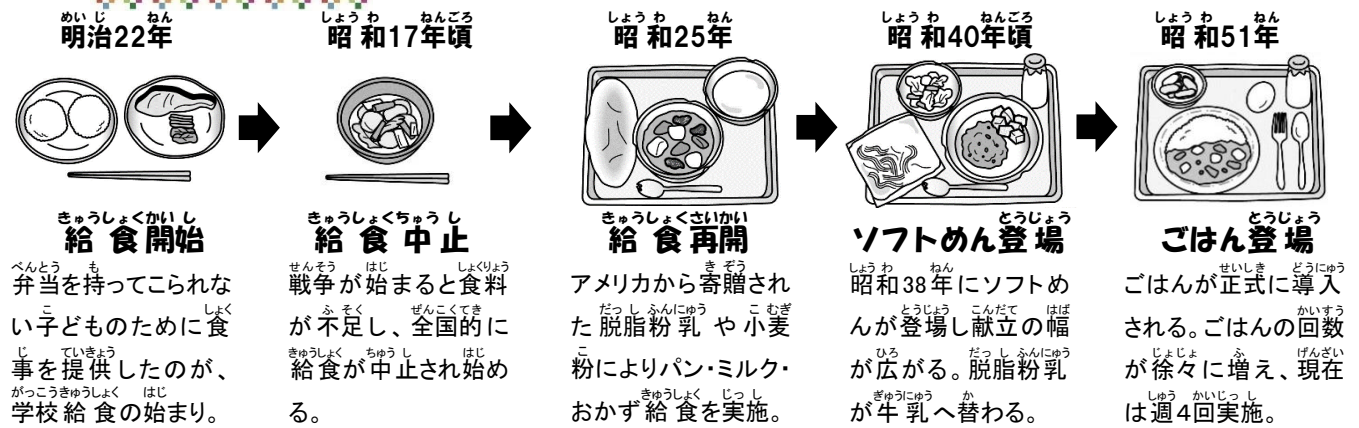
### SDGsと食の関わり



## 改めて「食」を考える学校給食週間

1月24日から30日は、学校給食週間です。学校給食は、明治22年に始まったとされています。戦争によって中止されながらも、様々な歴史をたどり、現在まで続いています。「学校給食週間」は、戦後にアメリカの支援団体からの援助により学校給食が再開されたことを記念して定められました。現在は、改めて給食の歴史を振り返ったり、郷土料理や地場産物食べて食文化を学んだり、感謝の気持ちを育んだりする1週間になっています。今年度は、SDGsについて食べて考えることができる給食を提供します。

### 学校給食の歴史





24日

★地元食材のオイスターソース炒め

地元でとれた食材を使用することで、食材を運ぶ距離が短くなり、ガソリンを使う量を減らせるため、地球温暖化対策につながります。  
また、地域の活性化にも貢献します。



★チンゲンサイのナムル



★あかもくぎょうざロール

あかもくは、中部国際空港周辺の海で大量発生し、問題となっていた海藻です。食べられることがわかり、特産物となりました。  
食べることで、海をきれいにします。体にもよいです。

25日

★鶏飯丼の具

年をとって、いい卵を産みにくくなった鶏を「廃鶏」といいます。廃鶏は、肉質が固くなり、脂肪の臭みが出ますが、味に深みが出ます。「鶏飯」は、廃鶏の特徴を生かした高浜市の郷土料理です。



★八淋汁

地元の旬の野菜と長細く切った豆腐を使った愛知県三河地方に古くから伝わる精進料理です。



★清部みかんゼリー

形や大きさがふぞろいなみかんをゼリーにします。  
規格外の食品を有効活用しています。



26日

★大豆ミートソース

大豆ミートは、肉の食感に似ていて、肉よりもヘルシーです。  
また、動物のグップは、地球温暖化の原因になると言われています。そのため、大豆ミートを使用することで二酸化炭素を削減できます。

★ふぞろいのお魚カツ

大きさがふぞろいで売れない魚や、獲る時に傷ついた魚を使用しています。  
また、骨ごと食べられるようにすりつぶしているため、捨てる部分を少なくしています。



★地元の皮付き野菜サラダ

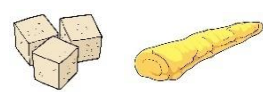
知立市で農業を使わずに育てた地元の食材を使います。皮や葉も捨てずに使用するため、食品ロス削減につながります。



27日

★高野豆腐の卵とし

高野豆腐は、豆腐を乾燥させた食品で、つぼ漬けは野菜を漬物にしたものです。食べ物を乾燥させたり漬物にしたりすることで、腐らせずに、長い間保存できます。  
食材を大切に作る先人の知恵です。



★つぼ漬け和え

★チキンメンチカツ

チキンカツを作るときに、通常捨ててしまう鶏肉の皮を挽肉に入れて食品ロスを削減しています。また、皮を入れることでジューシーになります。

30日

★飼料用米肉の豚汁

日本人が食べる米の量は年々減っているため、米や田んぼが余っています。  
また、家畜の飼料自給率は25%と低く、飼料(えさ)の価格高騰も問題となっています。そこで豚のえさに使用するために、飼料用の米を国内生産する取り組みが始まっています。



★ししゃもフライ

ししゃもは、頭からしっぽまで全て無駄なく食べられる魚です。



★季節野菜のごま和え

自然栽培は、ビニールハウスを作る資材や電気などのエネルギーを使わずに育てられるため、省エネで環境によいです。  
また、旬の野菜は栄養価が高く、味わいのよさもあります。



★沖縄の黒砂糖

沖縄の黒砂糖は、流通経済研究所から無償で提供されたものです。

黒砂糖は、さとうきびをしぼって作ります。その時に残った茎などの残りかすを、黒砂糖を固める燃料にしたり、さとうきび畑の肥料にして、資源を繰り返し使っています。

