

主な内容

こちら浦安情報局「こち浦」	8面
市営自転車駐車場定期利用の申請	9面
新型コロナウイルス感染症関連情報 ほか	10面
東京ベイ浦安シティマラソン交通規制 ほか	11面
確定申告のお知らせ	12面

発行/浦安市
 所在/〒279-8501 千葉県浦安市
 猫実一丁目1番1号
 編集/企画部広聴広報課
 ☎047-351-1111(代表)
<https://www.city.urayasu.lg.jp>

市の人口と世帯 人口=168,658人(-167) 男=82,107人(-107) 女=86,551人(-60) 世帯数=81,955世帯(-60) 令和3年12月末現在()は前月比

各記事に掲載しているIDを、市ホームページ上の「広報ページID検索」に入力すると、該当ページが出ます。これにより、記事を探す手間を省けます

給食のひみつ



1月24日~30日 全国学校給食週間特集

学校のお昼に欠かせない、栄養満点の「給食」。普段何気なく食べている給食には、献立を考えている栄養士さんの特別な思いが込められています。今回は、そんな給食のひみつを紹介します。

【問】千鳥学校給食センター ☎382・2762

献立ノート 担当: 栄養士 給食花子

11月26日(金)

- 世界3大スープのひとつといわれる ロシア料理

ボルシチ風スープ 旬の国産ビーツを使って

- たんぱく質豊富な カレイのハーブ揚げ

- 千葉県でとれた さつまいもを使ったパン

体の調子を整えるビタミンC入り



12月8日(水)「事八日」の日



- 「事八日」の日には、無病息災を願って具だくさんなみそ汁!

おこと汁 魔除けの小豆が入るのが特徴。
体の芯から温まるように

- カルシウムたっぷり

ししゃものからあげ 骨も歯も健康に!

- みんな大好き アリン 喜んでくれるかな?

12月20日(月)

- 「ん」のつく食べ物で運をつける!
にんじんや大根が入った

石狩風汁

- 病気を予防するβ-カロテンやビタミンCなど

栄養豊富なかぼちゃで力をつけよう!

- 冬至にちなんで

はちみつゆずゼリー

皆が病気に
なりませんように...



給食のはじまりって？

学校給食は、明治22年、生活が苦しい家庭の子どもに昼食を用意したことが始まりとされています。戦争による中断を経て、戦後、食糧難のため栄養が偏ってしまった子どもたちのために、栄養バランスを考えた給食が提供されるようになりました。

給食年表

昭和初期

捕鯨が推進されていたことや、高たんぱく低カロリーなことから鯨肉が人気。牛乳から脂肪分を抜いた粉ミルクを水に溶かした脱脂粉乳や、コッペパンが出されていました。



浦安では…

昭和22年

浦安小学校の5年生以上の児童を対象に、週3回、昼食時に脱脂粉乳を提供するようになりました。この「ミルク給食」が、浦安の給食のはじまりです。



▲主食は自分で準備。パンを買いに行く子や、家からお弁当を持ってくる子もいました



▲昭和35年ごろの浦安小学校の給食の様子。ミルクの配膳をしているようです

昭和42年

昭和49年浦安中学校はアルミ皿でした



学校給食センターが猫実地区(現シルバー人材センターの場所)に建設され、パンまたは米、ミルク、おかずが提供される「完全給食」がはじまりました。

市民に聞いた！当時のお気に入りメニュー

- 毎学期最後に出るフルーツポンチ (50代、堀江)
- カレーワンタンやきなこマカロニが好きだったなあ (50代、高洲)

昭和51年

埋め立てにより、人口、児童生徒数が増えたことを受け、より多くの給食を作るため、東野地区に新たな学校給食センターを建設。その後、第2調理場も開所し、最大2万食の調理が可能になりました。



▲平成元年東小学校の給食を食べていた児童の友達と体

市民に聞いた！当時のお気に入りメニュー

- 牛乳は嫌いだけどミルクは好きだった (40代、富岡)
- カレーうどんが思い入れ深い (30代、入船)

平成18年

平成31年北浦小学校の様子。おていしの給食カレ



新町地区の人口の増加や、施設の老朽化に対応するため、千鳥地区に学校給食センターを開所。現在まで、おいしい給食を届けています。

市民に聞いた！当時のお気に入りメニュー

- わかめごはんが好きでおかわりしていた (20代、美浜)
- アルファベットのマカロニが入っているスープを思い出す (20代、海楽)

昭和中～後期

ソフト麺のスパゲティやカレーライスなど洋風化。パン以外にも、主食は米、肉は鶏や豚も提供されるようになりました。また、脱脂粉乳が牛乳に切り替わりました。



平成・令和

季節を感じる行事食や、和・洋・中以外にも国際色豊かなメニューが増加。そのほか、郷土食や地産地消で作られたものなど、多様な献立になりました。



出典：農林水産省ホームページ「昭和から令和まで、年代別に見る学校給食の変遷」を基に作成

浦安で出たすてきな給食

浦安べか焼きそば給食

浦安のご当地グルメ「べか焼きそば」を給食で再現。地域活性化のために浦安商工会議所青年部と協力し、オリジナルの味に近づけるため試作を重ねました。あざりの旨みとしその香りが食欲をそそります。今年も、全国学校給食週間に合わせ、1月24日(月)～28日(金)の間で市内小・中学校の給食に登場します。お楽しみに！



千産千消給食

千葉県で生産されたものを千葉県で消費する「千産千消」。揚げいわしのかば焼き、のりや大根のみそ汁、にんじんや小松菜が入ったキャベツのおかかあえなど、千葉県でよく取れる食材を使ったメニューが目白押しです。もちろん、お米も千葉県産です。



オリ・パラ給食

昨年開催された東京2020オリンピック・パラリンピックに際し、浦安市がホストタウンとなった国の料理が給食にも登場しました。こちらの献立のスープは、スロバキア料理「グラーシュ」をアレンジしたグラーシュ風トマトスープ。ほかにも、オランダ料理「エルテンスープ」やフランス料理「ポトフ」など、世界各国の料理を、食べやすくアレンジして提供しています。



献立を作っている栄養士さんに質問！

Q 献立はどうやって考えていますか？

A 栄養バランスはもちろん、「千産千消」を心がけながら、季節や世界とのつながりなどを感じる献立を作っています

給食では、皆さんが元気に大きくなれるよう、栄養バランスを中心に考えていますが、旬の食材を使った季節の料理を食べてもらうことも大事にしています。特に、日本で昔から食べられていた行事食には「長生きしてほしい」「病気になる元気に過ごしてほしい」など、食べる人への願いが込められています。私たち栄養士も、そんな気持ちを込めて献立を考えています。ほかにも、世界のいろいろな料理を食べてみるという経験から、食事の楽しさを感じてもらいたいです。

Q 献立はどれくらい前から考えますか？

A 遅くとも2か月前から考えます

献立を決めるときは、調理員と相談しながら、食材を実際に食べてみて味などを確認します。また、皆さんがどの料理をどれくらい食べているか分かるデータを確認し、実際に食べている様子を見に行くこともあります。それによって、組み合わせを変えたり新しいメニューを作ったりするなど、皆さんによりおいしく食べてもらえるよう、時間をかけて一生懸命考えています。

Q 好きなものばかり食べちゃダメですか？

A バランスよく食べることで、自分の体のもとになっていきます

小さいときに、いろいろな食材をさまざまな調理法で食べることで、味覚がより発達していきます。苦手なものもあるかもしれませんが、機会があったら一口だけチャレンジしてみてください。意外とおいしいかもしれませんよ。周りの大人の方は、子どもたちがいろいろな食事にチャレンジできるように、「温まるから一口食べてみる？」など、食事に向けて背中を押すひと言をかけてくれるとうれしいです。

これなら野菜が食べられる！と大人気の「スタミナ納豆あえ」「えのきサラダ」や、みんな大好き「揚げパン」など給食の人気メニューのレシピ、毎月の献立、食品材料一覧表は、市ホームページでご覧になれます

メニューのレシピ… ID 1000961 献立、食品材料一覧表… ID 1016584