

きょうのテーマ

みんな思い出

みんな言いたい

みんな知りたい

みんな守ろう

みんなトモダチ

給食の献立はどう決まる？

27校約9000人分の給食を調理する仙台市南吉成給食センターの様子



学校生活の楽しみの一つに給食があるね。最近では献立に地域の名物料

日本での給食は、鶴岡

理が加わるなど、みんなが楽しく食べられるよう工夫が凝らされているんだ。給食の歴史や目的、メニューの決め方などを、かほピョンが栄養士の先生に聞いたよ。

ニュース



味と栄養考え 予算内で

市の私立小学校が1889年、貧しい児童のためににおにぎりや焼き魚、煮浸しを用意したのが始まりとされます。宮城県では1906年、同じ目的で始まりました。



第2次世界大戦が激しくなり食べ物十分確保できなくなったため、給食は中断。終戦後に再開され、54年に学校給食法という法律ができ、義務教育では給食を出すことになりました。

給食の充実などに取り組む宮城県学校給食会の岩垣敦子さん（食育安全課）は「給食は成長に必要な栄養を取れるよう、1食のカロリーやカルシウム、鉄などの基準が決まっています。予算の範囲内でバランスのいい食事になるよう献立を決めます」と説明します。

牛乳は必ず出す決まりで、主食としてパンかご飯、これにおかず2品に汁物などを組み合わせます。1食の値段は市町村で異なり、仙台市では、

小学校が290円、中学校が345円の予算でやりくりします。

最近は地元で生産された食材を使ったり、郷土料理を味わったりする「食育」の場にもなりました。栄養士はさまざまなことを考えながら、飽きが来なくて彩りのいいメニューを考えます。



食中毒を起こさないよう、衛生面も大事です。調理場を清潔に保ち、調理する人たちの健康管理にも気を使います。作ってから2時間以内に食べられるように計算されているそうです。

岩垣さんは「食べることは生きること。給食を通して食に関する知識を学びながら、できるだけ残さず、味わって食べてほしい」と話します。

◇ おいしい給食を出すため、多くの人が努力しているんだね。関わる全ての人に感謝して「いただきます！」しよう。

今週の注目ニュース

◇6月21日（日） 部分日食

手前を横切る月で、太陽の一部が隠れる部分日食が夕方、全国で見られるよ。仙台では午後4時12分に始まり、午後5時7分に「食」が最大を迎え約3割が隠れるんだって。次に仙台で見られるのは10年後だよ。

きょうの紙面

- 2面 ギモンにこたえるモン
- 3面 3分チャレンジ
- 4・5面 いいね 小学校
- 6面 絵でわかる こども英語
- 7面 投稿特集
- 8面 子育て・教育相談コーナー