

7月8日 (木)は、『**平和を考へる献立**』です。

むぎ 麦ごはん・かぼちやの煮物

すいとん・牛乳



戦争中に食べられていた食事をもとに考えた給食の献立です。

当時は、食料が不足していたので、人々は、満足な食事をする事ができませんでした。

そのため、栄養失調で亡くなる人や、病気になる人などが増えました。

食事は、人々が生きていくために欠かすことができない大切なものです。

給食ではおいしく味付けしていますが、当時は調味料も不足していたので、もっと味が薄く、具も少ないものでした。

それでも、お腹をすかせた人たちは、食べられるものがあるだけで、とても「ありがたい」と感じていました。

戦争の後半になると、食料不足はますます深刻になり、配給される食料も手に入りにくくなりました。人々は荒地や空き地をたがやして、畑をつくり、さつまいもやかぼちゃ、とうもろこしなどを植えました。小学校の運動場も畑になっていたそうです。



エスディー・ジーズ SDGs (持続可能な開発目標) ※

【 2. 飢餓をゼロに 】

【 16. 平和と公正をすべての人に 】



世界では、今でも戦争で家や家族をなくし、食べ物がない、飢えに苦しむ人がたくさんいます。紛争やテロなどの暴力で命をうばわれたり、家族を失うなどのつらく悲しい思いをしている人もいます。SDGsでは、私たちが一人ひとりが安心して暮らせるように、「空腹に苦しむ人をなくし、将来にわたって食料を生産し続けられる地球環境をつくること」「すべての人が法や制度で守られ、安心して暮らせる平和な社会をつくること」を2030年までの目標にしています。

日本のように、毎日いろいろな食べ物を食べられることは、世界から見ると当たり前のことではありません。食事をするとき、食べ物や平和であることの大切さを考えてみましょう。

※SDGs…世界が抱える問題を解決して、より良い未来をつくるための「世界の約束事」

むぎ 麦ごはん



少ない配給の食べ物で、大勢の家族のお腹を満たさなければならないので、少ない米に押し麦、大豆、とうもろこしなどを混ぜて炊いていました。

かぼちやの煮物



かぼちゃは、育てやすく、家の庭や学校の運動場で栽培されていました。

そのかぼちゃを少しの米と一緒に炊いて、粥の量を増やしたり、砂糖が不足していたので、かぼちゃの甘みを利用して料理をしていました。

すいとん



戦争中は、主食の米が不足し、小麦をかわりに使っていました。しかし、小麦も十分になく、水でゆるく溶いた小麦粉を湯に直接落とし込んで、団子のようにして、汁に入れて食べていました。昆布・煮干し・鰹節などもないため、だしをとることができません。みそ・しょうゆ・塩も十分になく、お湯に少しだけ味のついた汁だったそうです。塩味を補うため、海水で煮るなどの調理も行われました。ほとんどの場合、汁に野菜や肉などの具が入ることはありませんでした。

すいとんの作り方

こむぎこ みず
小麦粉と水を

まぜあわせます。



ほどよいかたさに
ね
なるまで練ります。



スプーンを使ってひとつずつ
汁の中に落とししていきます。

