



1月給食たより

新温泉町学校給食センター TEL 0796-82-1397



今年はどうな1年にしたいですか？

新年あけましておめでとうございます。みなさんはどのようなお正月をすごしましたか？お雑煮やおせち料理は食べましたか？夜更かしばかりしていたなんて人はいませんか？

さて、新しい1年の始まりです。自分なりの目標をたて、元気な1年を過ごしてほしいと思います。好き嫌いのある人は、少しでも克服できるように、ない人は少しでも上手に食べられるようになってほしいなと願っています。



あなたの家のお雑煮は？



日本は周りを海に囲まれている島国で、南北に長い地形が特徴です。地域によって地理や気候が異なることから、各地でさまざまな食文化が形成されてきました。現在では、伝統料理を家庭で作って食べる機会が減ってきていますが、お正月に食べるお雑煮は、地域や家庭の味が受け継がれているもの一つではないでしょうか。だし、味つけ、具、もちの形…あなたの家では、どんなお雑煮を食べますか？

中部地方を境に、東は角もち、西は丸もちを入れる所が多いです。北海道や沖縄県には、もともと雑煮を食べる文化がありません。現在、北海道では、さまざまな地域から伝わったお雑煮が混在しています。

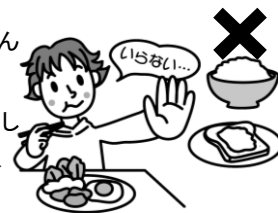
▶香川県では、あん入りの丸もちを白みそ仕立ての汁に入れた「あんもち雑煮」を食べます。



あんもち雑煮

主食と副食を交互に食べよう！！

給食を食べるときに、一皿ずつ空っぽにしていき、最後にごはんが残ってしまう「ぽっかり食べ」の人をよく見かけます。おかわりなどをして、おかずでお腹がいっぱいでごはんを残してしまふ姿を見かけたこともあります。おかずやごはんを交互に食べるようにしましょう。



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|--|---|--|
| 9 成人の日 | 10 牛乳 ごはん チキンカレー ブロッコリーサラダ りんご | 11 牛乳 黒豆ごはん 鮭のゆずみそ焼き | 12 牛乳 ごはん 鶏肉の照り焼き もやしの五目和え | 13 牛乳 ごはん |
| 16 牛乳 黒糖ロール ホキのチリソース 海藻サラダ | 17 牛乳 わかめごはん 鶏肉のみぞれがけ おかか和え けんちん汁 | 18 牛乳 ごはん | 19 牛乳 キムチごはん イカリングフライ ナムル 青菜のスープ ブルーベリータルト | 20 牛乳 ごはん さばのみりん干し 水菜と白菜のごま和え 高野豆腐の煮物 |
| 23 牛乳 ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 切干大根の和え物 もずくスープ 石狩汁 | 24 牛乳 ごはん | 25 牛乳 ごはん 車麩のフライ きりざい | 26 牛乳 | 27 牛乳 |
| 30 牛乳 サンマermen | 31 牛乳 ごはん | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>1月24日～30日 全国学校給食週間</p> <p>今年度のテーマは～日本の食旅～</p> <p>日本各地の特色あるメニューや人気のメニューを取り入れた献立を予定しています。</p> </div> | | |
| <h3>学校給食の歴史</h3> <p>明治22年に山形県にある私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちを飢えから救い、栄養状態を改善するために、昼食を提供したのが始まりとされています。その後、全国へ広まりますが、戦争による食料不足のため、中止せざるをえなくなりました。戦争が終わり、子どもたちの栄養不足を改善するため、アメリカの民間団体から届けられた物資で給食を再開することになりました。現在では、バランスの良い食事のお手本となるよう「教材」としての役割を担っています。</p> | | | | |

※材料等の都合により献立を変更することがあります。