

1月

給食だより



村田町学校給食センター
令和 4年 1月 発行

3学期がスタートし、これから寒さは一段と厳しくなります。風邪が流行する時期なので、バランスの良い食事や十分な睡眠など規則正しい食生活と、手洗い、うがいをこまめに行うことが大切です。

1月24日～30日は

全国学校給食週間です！



日本の学校給食は明治時代に山形県で始まり、今では全国の多くの小中学校で完全給食が実施されています。開始当時と比べると子どもたちの食生活を取り巻く環境が大きく変化し、学校給食は「空腹を満たすもの」から「食に関する正しい知識と望ましい生活習慣を身に付けるための役割を担うもの」になっています。

「全国学校給食週間」は学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めるため毎年行われています。センターでは「日本全国！味めぐり」をテーマに下記のとおり実施します。給食を通して各地の食文化を知るきっかけにしてほしいと思います。お楽しみに♪

日本全国！味めぐり



1/24
(月)

京 都

京都発祥の料理「**衣笠丼**」は、甘辛く炊いた油揚げと青ねぎを使った卵とし丼です。京都の伝統野菜「**京菜**」を使ったサラダと、京都のお寺でふるまわれる「**お講汁**」というかぶが入ったみそ汁を組み合わせています。

1/25
(火)

宮 崎

給食でもおなじみの「**チキン南蛮**」は、宮崎県延岡市発祥の料理です。また「**八杯汁**」は宮崎県の郷土料理で、縦長に切った豆腐を使った汁物です。宮崎県の特産品「**切干大根**」と「**日向夏**」も登場します。

1/26
(水)

熊 本

「**タイピーエン**」は明治時代に中国人によって熊本に伝えられ、今では熊本の中華料理店や家庭でも定番の一品です。めん料理のように食べる具たくさんの春雨スープです。「**ひこずり**」は熊本県の郷土料理で、甘辛いみそ味の炒り煮です。

1/27
(木)

東 京

「**深川飯**」はアサリを使った炊き込みご飯で、昔、深川浦と呼ばれていた江戸の南方でとれたアサリを使って作られたのが始まりです。東京生まれの野菜「**小松菜**」の和え物、相撲部屋の鍋料理として定番の「**ちゃんこ**」も登場します。

1/28
(金)

沖 縄

沖縄県発祥の「**タコライス**」は、ピリ辛に味付けしたタコミートと野菜とチーズをご飯にのせて食べる料理です。沖縄県産の「**もずく**」を使ったスープと、沖縄の揚げ菓子「**サターアングギー**」も登場します。

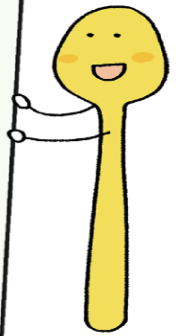
1月の給食目標 「感謝して食べよう」

食べ物を食べるということは、動植物の命をいただくことです。また、生産者や料理を作ってくれた人たちなど、さまざまな人々の手を経ることで、食べ物は毎日の食卓に並んでいます。食事をする時には感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。



今月の旬「いちご」

いちごは江戸時代末期にオランダ船によって日本に伝えられました。その後、日本各地で品種改良が行われ、現在その種類は日本だけでも300種類ほどになるそうです。栃木県の「とちおとめ」や福岡県の「あまおう」など有名ですが、宮城県でもオリジナルブランドとして「もういっこ」が栽培されています。ビタミンCが豊富な果物です。



給食レシピ



ご家庭で作ってみませんか？



「サーターアンダギー」 1/28(金)

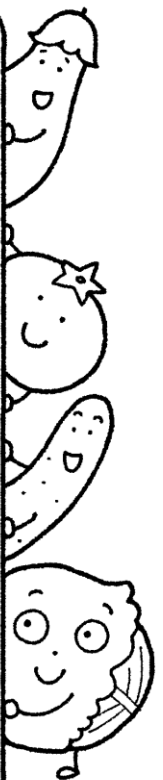
< 材 料 >

- ・ホットケーキミックス 200g
- ・黒砂糖 30g
- ・卵 1個
- ・牛乳 大さじ1
- ・小麦粉 適量
- ・サラダ油 適量

< 作 り 方 >

- ①人肌に温めた牛乳に黒砂糖を加えてよく混ぜ合わせ、砂糖が溶けたら卵も加える。
- ②ホットケーキミックスを加えてゴムベラで混ぜ合わせ、ひとまとまりにする。
- ③手に小麦粉をつけて一口大の大きさに丸め、小麦粉を敷いたバットの上に並べる。
- ④160度に熱した油できつね色になるまで揚げたらできあがり。

※黒糖を使うだけで本格的な味に！簡単に作れるおやつです。



学校給食用食材の放射能測定結果

(単位:ベクレル/kg)

検査日	食材	産地	セシウム137	セシウム134
12月 1日 (水)	れんこん	茨城県	不検出 (<2.5)	不検出 (<3.0)
	たら	日本	不検出 (<2.9)	不検出 (<3.3)
12月 15日 (水)	ブロッコリー	村田町	不検出 (<3.8)	不検出 (<4.5)
	にんじん	村田町	不検出 (<3.5)	不検出 (<4.1)

※厚生労働省の基準値は100ベクレルですが、村田町学校給食では基準値の半分である50ベクレルを超えた場合は、その食材を除外することになっています。