

1月 給食だより



村田町学校給食センター
令和 6年 1月 発行

1月も半ばを過ぎ、寒さはこれから一段と厳しくなります。風邪やインフルエンザの流行が懸念される時期なので、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、手洗いをこまめに行い、元気に乗り切りましょう。

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、戦後、日本中に広がりました。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」だけではなく、「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」でもあります。

「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23日～29日に「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



1/23
(火)

北海道

「サケざんぎ」はサケのから揚げのことです。北海道では、から揚げのことを「ざんぎ」と呼びます。「道産子汁」の「道産子」とは、「北海道で生まれたもの」を意味します。広大な北海道の地でとれる食材をたくさん使う汁物です。

1/24
(水)

長崎

「佐世保バーガー」は、長崎県佐世保市のご当地グルメです。「手作りで注文を受けてから作る」のが佐世保バーガーの特徴です。給食では、自分でパンにハンバーグ、チーズ、サラダをはさんで食べます。また、特産品の「みかん」も出ます。

1/25
(木)

山口

「チキンチキンごぼう」は、学校給食で食べられるようになり、県内全域に広まったソウルフードです。揚げたとり肉とごぼうが甘辛いタレでからめてあります。「けんちょう汁」は、大根とにんじん、豆腐などが入った汁物です。

1/26
(金)

佐賀

「シシリアンライス」は、昭和50年頃から食べられるようになった、ご当地グルメです。ごはんの上に、甘辛く炒めたお肉と、サラダをのせて、マヨネーズをかけて食べる料理です。給食でも、大皿に盛り付けて食べます。

1/29
(月)

新潟

「タレかつ」は、揚げたてのとんかつをしょうゆベースのタレにくぐらせるご当地グルメです。また、「のっぺい汁」は、季節の野菜やとり肉などをだし汁で煮て作る、とろみのある汁物です。

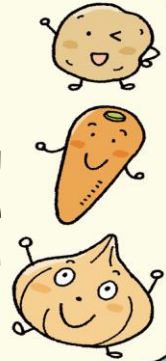
1月の給食目標 「感謝して食べよう」

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。



「行事食」

「行事食」とは、お正月の「おせち料理」、十五夜の「月見だんご」など、季節ごとの行事やお祝いの日食べる特別な料理のことです。行事食には、旬の食材を取り入れたものが多く、家族の幸せや健康を願う意味が込められています。2月3日の節分には、病気や災いを鬼に例え、大豆をまいて一年の災いを払います。他にはどんな行事食があるか調べてみるのもいいですね。



ご家庭で作ってみませんか？

「タラのオニオンソースかけ」1/17(水)

< 材 料 4人分 >

- ・タラ 4切
- A { ・塩 ・こしょう 各少々
- ・酒 小さじ1
- ・片栗粉 適量
- ・揚げ油 適量
- ・玉ねぎ 50g
- B { ・おろしにんにく 小さじ1/2
- ・おろししょうが 小さじ1/2
- ・サラダ油 小さじ1/2
- C { ・しょうゆ 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・さとう 小さじ1

< 作 り 方 >

- ①タラにAの調味料で下味をつける。
 - ②玉ねぎは薄切りにする。
 - ③小鍋でBと②の玉ねぎを軽く炒めたら、Cの調味料を加え、玉ねぎがしんなりするまで軽く煮る。
 - ④タラに片栗粉をまぶして、油で揚げ、軽く油を切ったら、③のオニオンソースをかける。
- ※タラの他に、サケやホキ、赤魚などでもおいしく作ることができます♪

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6日 (水)	ほうれん草	村田町	不検出 (<4.5)	不検出 (<5.3)
	白菜	村田町	不検出 (<3.0)	不検出 (<3.5)

※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しています。