



2月給食だより

令和6年1月31日
北区立明桜中学校
校長 五明 早苗
栄養士 稲葉 きみ子

もうすぐ「立春」、暦の上では春を迎えようとしていますが、まだまだ寒い日が続いています。引き続き感染症も流行っています。手洗い・うがい、換気など徹底して予防することが大切です。栄養バランスのよい食事で抵抗力を高め、病気に負けない丈夫な体を作りましょう。

「水産加工品支援事業」による北海道・八雲町のホタテについて

日本が誇る水産物の輸出が一部で停止されるなど、社会情勢の変化により水産事業者は大きな影響を受けています。そこで、みなさんに国産の食材を知ってもらい、おいしく食べて生産者さんを応援するために、給食納入業者さんを通じて北海道・八雲町のホタテが無償で提供されることになりました。明桜中学校では、2月16日（金）に「ホタテのチャウダー」をつくる予定です。感謝の気持ちを持って、おいしく食べてくれるとうれしいです。



「渋沢栄一給食」について



～給食における新一万円札発行カウントダウンプロジェクト～

北区では、渋沢栄一翁が起用された新一万円札が発行される2024年7月までを「新一万円札発行カウントダウンプロジェクト」と名付け、様々なイベントを実施しています。学校給食でも、渋沢翁が好んで食べた食材や料理などを取り入れた献立を提供することになりました。

明桜中学校では、2月29日（木）に下記の献立内容で実施する予定です。

- 【献立内容】 ◆二種トースト・・・トーストを好んで食べたそうです
◆牛乳
◆おさつクリームシチュー・・・お札（さつまいも）が入ったシチュー
◆オートミール入りサラダ・・・毎日オートミールを食べていたそうです
◆グレープワインゼリー・・・ワインを好んで飲んでいました

*ヨーロッパに留学していた渋沢栄一は、帰国後も洋食を好んで食べていました。



せつ ぶん だい す 節分と大豆のおはなし

節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。



豆まき

節分といえば、「豆まき」です。豆まきに使うのは、いった大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼＝邪気をはらい、自分の年の数（または年の数+1粒）の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。



ヤイカガシ

ヒラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒラギイワシともいいます。ヒラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。豆がら（大豆を取った後の枝）を添えることもあります。

* 給食通信 *

12/7 3-4:レンズ豆の食感が新しく、とてもおいしかったです！！今日もおいしい給食ありがとうございます。

→サラダのアクセントとしてレンズ豆を加えてみました。豆が苦手な人も気にならないで食べられたらうれしいです。

12/8 2-1:ワンタンスープのワンタンがつるつるでおいしかったです。また食べたくなる味でした。

→ワンタンが「つるつる」という表現がぴったりでしたね。ワンタンスープは、スープの中でも人気ですね。

12/14 3-5:ブロッコリーの旬が冬なんて初めて知りました。ドレッシングのほどよい酸味がおいしかったです。

→今は一年中スーパーで見かける野菜が多いですが、国産の野菜にはちゃんと旬があります。一番おいしい時期にいただく食材からは元気をもらえますね。

12/25 1-5:今日は飲み物がジョア、デザートがココアゼリーで特別感がありました。デザートのおかわりじゃんけんが盛り上がりました。→今年最後の給食は、クリスマスメニューでした。ココアゼリーにホイップクリームを飾ってもらい、気分はクリスマスでしたね。楽しんで食べてもらえたようで、がんばって調理した甲斐がありました。

1/10 2-5:今日のメニューはお正月に食べ過ぎた人にやさしそうですね。味もとても優しくおいしかったです。ただ給食を食べ過ぎておなかをこわさないようにしないとですね笑笑→七草汁と鏡開きということで、「七草汁」と「白玉ぜんざい」をつくりました。これからも伝統的な日本の行事食を取り入れて行く予定ですので、お楽しみに～！

1/16 2-4:今日のがんもどき、とてもおいしかったです！ひとつひとつ手作りなんですね！？すごくおいしかったです！！

→手作りがんもどきは、とても手間がかかりますが、揚げたてでも冷めてもおいしく感じました。

