

12月給食たより

令和5年11月30日発行
北区立十条小学校
校長 上原史士
管理栄養士

今年も残りわずかとなりました。12月は冬至やもちつき、おみそかなど、昔から伝わる行事が、たくさんあります。風邪やインフルエンザなどの感染症にかかりやすい時期でもあるので、しっかりと予防をして行事を迎えましょう。

~12月の給食について~



1日(金) 世界の料理①「アメリカ」

アメリカ料理の『スロッピージョー』『クラムチャウダー』を出します。『スロッピージョー』は、ひき肉と玉ねぎをケチャップで炒めた具を、パンにはさんだ料理です。“スロッピー”とは“だらしない”と言う意味で、食べた時に具がこぼれ落ちることから、この名前がついたそうです。



12日(火) SDGs献立(おからのメンチカツ)&産地リモート巡り(JAえちご上越)

“おから”を使ったメンチカツを出します。“おから”とは豆腐を作る時に、大豆から豆乳をしぼった時に残る部分で、たんぱく質、食物繊維が多く、栄養価の高い食材です。また、給食の時間に、JAえちご上越とリモートで中継が繋がります。給食で食べているお米が、どのように学校に届くのか?? 給食を食べながら、観ましょう。



20日(水) Book Menu「チリとチリ」

『チリとチリ』で登場する、“いちごジャムサンド”と“じゃが芋とかぼちゃの2色ポタージュ”を出します。絵本で登場する“いちごジャムサンド”は、くるみパンを使用しますが、給食では、胚芽パンを使用します。



22日(金) 冬至

12月22日は冬至です。冬至とは、1年の中で夜がもっとも長い日です。冬至の日にかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりすると、風邪をひかないといわれています。給食では、東京元気農場で採れた“万次郎かぼちゃ”を使った『ほうとう』と、ゆず果汁とゆずの皮が入った『ゆずドレッシングサラダ』がでます。しっかり食べて、冬を元気に乗りきりましょう。



25日(月) 世界の料理②「フィンランド料理」

今年最後の給食は、サンタクロースの故郷、『フィンランド』の料理です。フィンランド料理の定番と言えば、『ロヒ・ケイト(サーモンのスープ)』と、北欧の伝統的なクリスマス・タルト『ヨウル・トルトゥ』を出します。



ノロウイルスによる食中毒は一年中発生しますが、11月から4月に多くなります。手指や食品などを介して口に入ることによって感染し、人の腸管で増殖し、おう吐や下痢、腹痛などを引き起こします。予防するには、石けんで手を洗い、食品は中までしっかり火を通します。

