給食だより 1月号

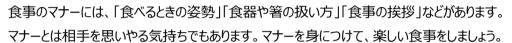
北区立王子第一小学校 令和3年1月8日



いよいよ今年度も残すところ 3 ヶ月を切りました。引き続き、おいしく安全な給食作りに留意していきたいと思いますので、ご協力のほど宜しくお願いいたします。

さて、1 年の総まとめとなるこの時期は、例年インフルエンザやノロウイルスが流行する季節ですが、今年度はそれに加えてコロナウイルス感染症から身を守るために、健康管理にはより一層の注意が必要です。寝不足が続いたり食事を抜いたりすると体調を崩しやすくなりますので、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べて登校しましょう。手洗い、うがいも忘れずに実行しましょう。

1月給食目標・・・食事のマナーを身につけましょう。





~1月の献立について~

12日(火)「あけぼのごはん・おみくじコロッケ・七草すまし汁」~新春お祝い給食~

「春はあけぼの・・・」にちなみ、あけぼの色のにんじんごはんが主食です。

「おみくじコロッケ」は、コロッケの中に今年の運勢を占う食べ物が入っています。何が当たるかお楽しみに見て七草すまし汁」は、春の七草の入ったすまし汁です。遅ればせながら七草がゆの日にちなんだメニューです。

13日(水)「白玉ぜんざい」~鏡開き献立~

「白玉ぜんざい」は鏡聞きにちなみ、給食室で手作りした白玉団子に特製つぶあんをかけて出します。

19日(火)「グヤーシュ・チャラマーデ」~ハンガリー料理~

北区でオリンピックの事前キャンプを実施する「ハンガリー」の料理を紹介します。「グヤーシュ」というハンガリーのシチューと、「チャラマーデ」というさっぱりキャベッサラダを出します。

18日(月)、22日(金)~29日(金) 日本一周給食の旅

1月24日~1月30日までは「全国学校給食週間」です。そこで1月は給食を通して日本全国の郷土料理を紹介します。献立名からは想像もつかないメニューも登場します。今回は、北は北海道から南は長崎県まで、様々なメニューを実施します。

29日(金)長崎てんぷら・浦上とぼろ・ヒカド汁(長崎県)

長崎てんぷら・・小麦粉に砂糖などを加えて練り混ぜた衣をつけてカリッと油で揚げたものです。フリッターに似ていて、衣に味がついているので冷めてもおいしいそうです。

浦上そぼろ・・名前に"そぼろ"とありますが、ひき肉は入っていません。 細切りにされた豚肉や、甘辛く炒めた野菜で、野菜炒めにもキンピラにも似た味わいの、長崎市浦上地区を中心に伝わる郷土料理です。

ヒカド汁・・「ヒカド」とはポルトガル語で「細かく刻む」という意味です。 その名のとおり、 魚や野菜を細かく切って煮込んだ料理です。 サツマイモの甘みととろみが体をしっかり温めてくれます。

22日(金)さけのちゃんちゃん焼き・がたたんスープ(北海道)

さけのちゃんちゃん焼き・・北海道の漁師町で生まれた料理です。鮭と野菜を蒸し焼きにして、味噌だれをかけて作ります。名前の由来は、「お父ちゃんが焼いて料理するから」、「ちゃちゃっと(素早く)つくれるから」などの説があります。

がたたんスース・・北海道芦別の郷土料理です。多くの具を含み、とろみが付けられた中華風のスープです。

25日(月)南部せんべい汁(青森県)

せんべい汁は、肉や魚、野菜やきのこ等でだしをとった汁の中に南部 せんべいを割り入れて煮込んで食べる八戸地方の郷十料理です。

18日(月)山賊焼き(長野県)ほうとう汁(山梨県)

山賊焼き・・長野県で食べられている鶏肉の唐揚げです。山賊は物を「取り上げる」→「鶏揚げる」と語呂合わせでついた名前です。

ほうとう・・山梨県の郷土料理です。かぼちゃや季節の野菜を太い麺と一緒に煮込んだ味噌味の料理です。

28日(木) どんどろけめし(鳥取県)

「どんどろけ」とは雷のことです。油で炒めた豆腐を混ぜた混ぜごはんのことです。豆腐を炒める音が雷に似ていることからついた名前です。



27日(水)八宝きしめん・鬼まんじゅう(愛知県)

八宝きしめん・・きしめんは幅広の平打ち麺で、つるつるっとした食感が特徴の愛知県名古屋市の名物です。「八宝きしめん」は、名古屋市にあるきしめんやさんの人気メニューをアレンジしたものです。

鬼まんじゅう・・さつまいもと小麦粉を使って作られた愛知県の郷土料理です。角切りにしたさつまいもの角がゴツゴツ見える様が、鬼のツノや金棒を想起させたことからこの名がついたといわれています。

25日 (月) ひきないり (福島県)

北海道

青森

秋田

「ひきな」とは「せん切りにした大根」を意味する方言で、「ひきな」を炒めたものが「ひきないり」です。

26日(火) かてめし・ゼリーフライ (埼玉県)

かてめし・・・埼玉県秩父地方の郷土料理です。ごはんの量を増やすための具を、秩父では「かて」と言うことからきているそうです。

ゼリーフライ・・名前に「フライ」とありますがフライとは別物です。じゃがいもとおからを混ぜて小判型にして揚げたものです。「銭」に似ていることからこの名前がついたそうです。

28日(木)

呉の肉じゃが(広島県)

肉じゃがの元祖といわれています。 詳細は献立表をご覧ください。