



給食だより

今月の食育目標:

日本の食文化を知ろう

受け継ごう日本の食文化 ~お節料理に込められた意味は?~



「お節料理」
Special foods
for the New Year

もとは節日(季節の変わり目)に神様に供える料理を意味しましたが、今では正月のみとなりました。料理や食材には、健康や長寿などの願いが込められています。



「いかにんじん」
Squid and carrot

にんじんは、お祝いの紅色、するめは白持ちすることから「永く幸せに」という願いが込められた福島県の郷土食。



「黒豆(豆)」
Sweetened
black soybeans

まめに働き(勤勉)、まめに生きる(健康)という願いがあります。



「くりきんとん」
Sweet chestnut puree

金色にかけて、金運を願います。



「雑煮」
Rice cake soup

雑煮は、年神様に供えたもちをいただくことで、その力を分けもらうためのものでした。

東日本は角もち・しょうゆ味、西日本は丸もち・みそ味など、地域や家庭によりさまざまです。

「れんこん料理」
Lotus roots dishes

灸から向こう側が見えるので「見通しがきく」と言われます。



広野町の雑煮は何が入っているの?

What's in Hirono-style rice cake soup?

広野町周辺では、しょうゆ味の汁に焼いた角餅に、ほうれん草やこまつな等の青菜類を入れた雑煮が多いようです。双葉郡南部では、昔から青菜類が食べられていて、雑煮に使うようになりました。(ちなみに相馬郡ではせりを使うことが多いです。) みなさんのお家では、雑煮に何を入れますか?



5年生が「広野町の米づくり」について教えてくださいました!

2学期最後の給食時間に、5年生が作成した広野町の農業やお米についての動画を見ました。各学年向けに分かりやすくまとめた動画は大好評で、他の学年も

5年生の言葉を通して、あらためて広野町の農業やお米のよさを実感したようです。



モニターを見る目はしんけん!



やりきった5年生★



給食の献立を紹介します ～リクエストメニュー～



1月の給食には、中学校3年生のリクエスト献立が登場します。お楽しみに♪

この献立のCMをひとこと!

「人気の料理を取り入れつつ、栄養のバランスを考えました!」



主食: ごはん

主菜: サイコロステーキ

→ とり肉のからあげ(変更)

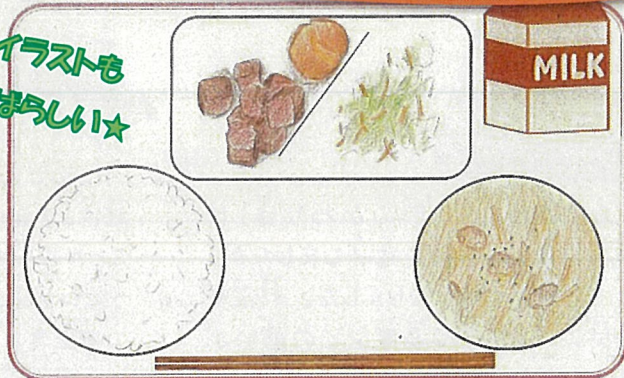
副菜: 野菜炒め

汁もの: コンソメスープ

その他: 牛乳・サーターアングギー

ひろのちゅうねん 広野中3年のリクエストメニュー

イラストも
すばらしい★



美しいイラストからも「食べた～い」気持ちが伝わってきます。しかし、給食費1食340円の中
中では、ステーキを出すことができないので、今回はとり肉のからあげに変更しました。

サーターアングギーは、沖縄県の伝統的な揚げ菓子です。サーター=さとう、アング=油、アギ=揚げるを意味します。縁起のよいお菓子で、お祝い事にふるまわれるそうです。みなさんのこの1年間が、縁起のよい年であるように、祈りを込めて手作ります。

ひとことアドバイス



1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。

日本の学校給食は、明治22年に山形県の小学校で、始まったといわれています。その後、戦争により中断されてしまいましたが、戦後に外国の援助を受けて再開されることになりました。

これを記念して1月24日から30日が「全国学校給食週間」と定められました。給食への関心や理解を高めるため、この1週間は特色ある献立を出します。



大豆がいっぱいとれました!

12月に2年生・3年生が大豆の収穫を行いました。検査をして、3学期にいただきます。



ていねいに、さやをむいて...



虫にびっくい!



いっぱいとれたよ～



ひろのまち 広野町の「みかん」をいただきました♪

今年もひろ野町の産業振興課さんを通じて、広野小・中学校の給食用に「みかんの丘」のみかんを分けていただきました。おいしいみかん、ごちそうさまでした。



1年生のみかんスマイル★



給食だより

今月の食育目標：

日本の食文化を知ろう

受け継ごう日本の食文化 ～お節料理に込められた意味は？～



**「お節料理」
Special foods
for the New Year**

もとは節日(季節のかわり目)に神様に供える料理を意味しましたが、今では正月のみとなりました。料理や食材には、健康や長寿などの願いが込められています。



**「いかにんじん」
Squid and carrot**

にんじんは、お祝いの紅色、するめは日持ちすることから「永く幸せに」という願いが込められた福島県の郷土食。



**「黒豆」(豆)
Sweetened
black soybeans**

まめに働き(勤勉)、まめに生きる(健康)という願いがあります。



**「くりきんとん」
Sweet chestnut puree**

金色にかけて、金運を願います。



**「雑煮」
Rice cake soup**

雑煮は、年神様に供えたもちをいただくことで、その力を分けてもらうためのものでした。

東日本は角もち・しょうゆ味、西日本は丸もち・みそ味など、地域や家庭によりさまざまです。

**「れんこん料理」
Lotus roots dishes**

穴から向こう側が見えるので「見通しがきく」と言われます。



広野町の雑煮は何が入っているの？

What's in Hirono-style rice cake soup?

広野町周辺では、しょうゆ味の汁に焼いた角餅に、ほうれん草やこまつな等の青菜類を入れた雑煮が多いようです。双葉郡南部では、昔から青菜類が食べられていて、雑煮に使うようになりました。(ちなみに相馬郡ではせりを使うことが多いです。) みなさんのお家では、雑煮に何を入れますか？



冬休みは Let's cooking !

給食レシピ「栗きんとん」

【材料】(4人前)

- さつまいも：中1本
- 栗の水煮：4粒
- さとう：大さじ1~2
(好みで調節する)
- 塩：ひとつまみ

【作り方】

- ①さつまいもは皮をむき、厚め(2cmくらい)のいちよう切りにして水に5分さらす。
- ②鍋にさつまいもと、ひたひたになるように水を入れ、弱火でじっくり煮る(20分くらいかけてじっくり火を通すと、甘くなります)。
- ③火を止め、②をザルに空ける。水気を切ったら鍋に戻し、弱火にかけ、木べらでつぶしながらさとうと塩を混ぜる(こげないように注意する)。最後に栗をさっくりまぜて火を止める。



給食の献立を紹介します ～リクエストメニュー～



1月の給食には、中学校3年生のリクエスト献立が登場します。お楽しみに♪

この献立のCMをひとこと!

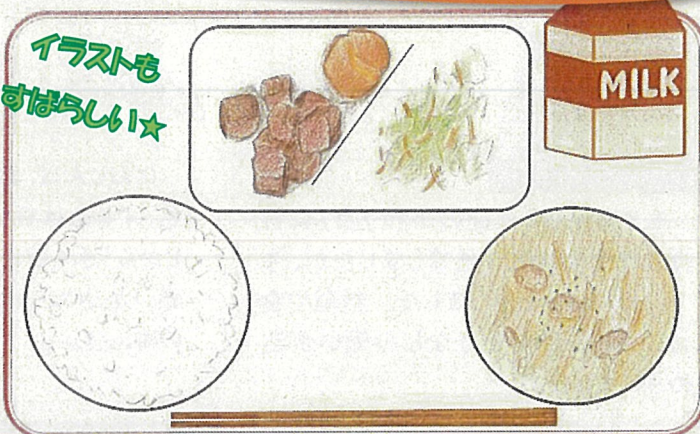
「人気の料理を取り入れつつ、栄養のバランスを考えました!」



広野中3年のリクエストメニュー

- 主食：ごはん
- 主菜：サイコロステーキ
→とり肉のからあげ(変更)
- 副菜：野菜炒め
- 汁もの：コンソメスープ
- その他：牛乳・サターアングギー

イラストも
すばらしい☆



美しいイラストからも「食べた〜い」気持ちが伝わってきます。しかし、給食費 1食 390円の中では、ステーキを出すことができませんので、今回はとり肉のからあげに変更しました。

サターアングギーは、沖縄県の伝統的な揚げ菓子です。サター=さとう、アング=油、アギー=揚げるを意味します。縁起のよいお菓子で、お祝い事にふるまわれるそうです。みなさんのこの1年間が、縁起のよい年であるように、祈りを込めて手作ります。

ひとことアドバイス



1月24日から30日は、「全国学校給食週間」です。

日本の学校給食は、明治22年に山形県の小学校で、始まったといわれています。その後、戦争により中断されてしまいますが、戦後に外国の援助を受けて再開されることになりました。

これを記念して1月24日から30日が「全国学校給食週間」と定められました。給食への関心や理解を高めるため、この1週間は特色ある献立を出します。



明治22年の給食献立

「にぎりめし・焼き魚・漬物」

(独立行政法人日本スポーツ振興センター参照)

広野町の「みかん」をいただきました♪

今年も広野町の産業振興課さんを通じて、広野小・中学校の給食用に「みかんの丘」のみかんを分けていただきました。

2学期最後の「ひろのミカン給食」の日に、広野町の新米や冬野菜といっしょに、小・中学校全校生でいただきました。おいしいみかん、ごちそうさまでした。



- ・里芋
- ・大根
- ・白菜