



給食だより 1月

錦城中学校

明けましておめでとうございます。新しい一年の始まりです。

学校給食が「生きた教材」として、子どもたちの食への興味、関心が深まり、安全で魅力のあるものになるよう努力してまいります。今年もよろしく願いいたします。

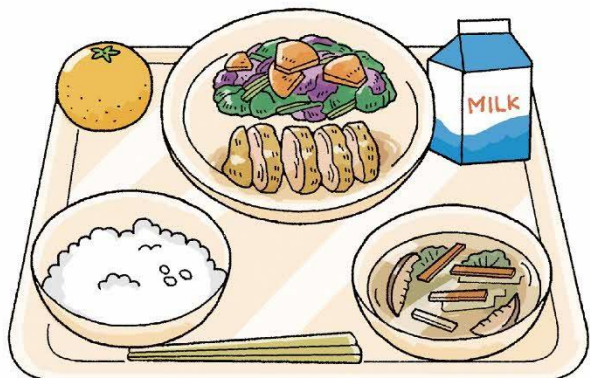


1月24日から30日は 全国学校給食週間

学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。

全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための一週間です。

給食は生きた教材



給食の時間では、準備から片づけの実際の活動をくりかえし行うことで、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることができます。

期間中の給食では

加賀市や石川県でとれた食べ物を使用した献立を実施します。
地元の食材を味わいましょう。



☆☆石川県の食べ物☆☆



加賀九谷野菜(加賀市)

加賀市内でとれた野菜を「加賀九谷野菜」といいます。ねぎ、大根、かぼちゃ、しいたけ、ブロッコリーなどがあります。



米(加賀市)

「コシヒカリ」や特別栽培米「加賀ほまれ」が給食でも提供されます。



梨(加賀市)

ジューシーで、酸味を抑えた上品な甘さと、なめらかな口あたりが特徴の梨「加賀しずく」。給食では果汁を使用したゼリーが出ます。



大麦

主に炊飯用として六条大麦が作られています。給食ではミネストローネに入っています。



すだれ麩

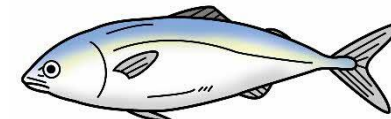
生地を「すだれ」に包んでゆでることからこの名前がつけました。加賀料理の治部煮には欠かせない食材です。



丸いも

根上産の丸いもは粘りが強く、すりおろして天ぷらにすることもできます。給食では油で揚げて大豆とからめます。

◆◆今月のおさかな献立◆◆ ぶり



今月のおさかなは「ぶり」です。

成長とともに名前を変える魚を出世魚(しゅっせうお)と呼び、ぶりはその代表格です。石川県では成長順に、こそくら→ふくらぎ→がんど→ぶりと呼ばれます。ぶりを正月に食べるのは、立身出世を願う意味と、冬が旬の魚なので脂がのっておいしいためです。

今月の給食では石川県産ぶりの竜田揚げが出ます。

青のい丸いもビーンズ

～給食の献立より～

じゃがいもやさつまいもでもおいしく出来ます!

《材料》4人分

- 丸いも …60g
- 乾燥大豆 …40g
- 片栗粉 …小さじ1
- 揚げ油 …適量
- 青のり …小さじ1/2
- 塩 …少々

《作り方》

- 丸いもは皮をむいて角切りにする。
- 大豆は一晩水につけておいた後、水気を切り片栗粉をまぶして油で揚げる。
- 丸いもは素揚げする。
- 揚げたての②、③をボウルに入れ、青のりと塩を混ぜ合わせて出来上がり。

※水煮大豆でする場合は、4人分で100gとなります。

1月22日(水)に「特別栽培米(加賀ほまれ)」が提供されます

特別栽培米とは、農薬と化学肥料を通常の栽培方法に比べて50%以下に抑えたお米です。土づくりのための追肥を継続的に実施するなど、栽培農家さんの「土壌から改善する努力とこだわり」が実を結んだ、汗と努力の結晶のお米で、加賀市では南郷地区、東谷口地区で栽培されています。

加賀市の豊かな田園で作られた特別栽培米 加賀ほまれを味わいましょう!