

給食だより 1月

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。

今日は全国学校給食週間があります！

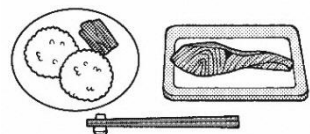
全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層の充実を図ることを目的として定められました。

学校給食は、戦争により中断していましたが、アメリカのLARA（アジア救済公認団体）等の物資援助で再開されました。昭和21年12月24日に給食物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」と定め、後に冬休みと重ならない1ヵ月後の**1月24日～30日**が「**全国学校給食週間**」となりました。

～知っていますか？～

学校給食のはじまり

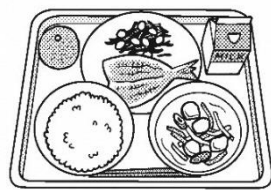
学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校でお弁当を持って来られない子どもたちに、無償で昼食を出したのが始まりといわれています。当時の献立は塩さけ、おにぎり、漬物などが出されていました。現在は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。



おいしい！！

給食は 生きた教材

学校給食は、栄養バランスのとれた献立でみなさんの心身の成長を支えるだけでなく、体に必要な栄養素や、バランスのとれた食生活の大切さ、感謝の心などを学ぶことができる「生きた教材」です。おいしい給食を食べていろいろなことを学びましょう。



家族で給食について語り合ってみませんか？

好きな献立や給食の時間の印象深い出来事など、給食の思い出を家族みんなで話してみよう。今の給食と昔の給食の違うところ、同じところに気づけるかもしれません。



☆☆石川県の産物☆☆



くるま麩

車輪の形をした麩です。卵とじなど家庭でも親しまれている食材です。材料の配合が石川県独特といわれています。



ハタハタ

家庭の食卓でもなじみのある魚です。石川県はハタハタの漁獲量が全国でトップクラスに入っています。



甘えび

石川県を代表する水産物の1つです。カラリとから揚げした甘えびと大豆をごまがらめにします。



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。給食ではおでんに入れます。



加賀市産大豆

加賀市で採れた大豆が給食に登場。甘えびとごまがらめにします。



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。



加賀九谷野菜

加賀市内でとれた野菜を「加賀九谷野菜」といいます。主なものとして、ブロッコリーや味平かぼちゃなどがあります。



加賀しずく

石川県で16年の歳月をかけて育成された梨です。ジュースで、酸味を抑えた上品な甘さと、なめらかな口あたりが特徴です。

九谷野菜ピラフ

～給食の献立より～

石川県産の野菜を使用したピラフです！

《材料》4人分

ご飯	…茶碗4杯分
牛肉	…100g
酒	…小さじ1
れんこん	…60g
玉ねぎ	…60g
しいたけ	…25g
にんじん	…25g
バター	…10g
コンソメ（固形）	…1個
オイスターソース	…大さじ1
しょうゆ	…小さじ1
白いりごま	…大さじ1

《作り方》

- ① 玉ねぎ、にんじんはあらみじんじんに切る。
- ② れんこんはいちょう切りし、水にさらしてあくをとる。
- ③ しいたけは石づきを取って、千切りにする。
- ④ 牛肉は酒をふって下味をつけておく。（酒で炒りつけても良い）
- ⑤ フライパンでバターを溶かし、牛肉を炒め、肉の色が変わったら、①を入れて炒める。
- ⑥ 玉ねぎが透きとおってきたら、②を入れてさらに炒める。
- ⑦ れんこんに火が通ったら、③を入れてさらに炒める。
- ⑧ しいたけがしんなりしたら、ご飯を加えてさらに炒めて、コンソメ（砕いておく）、オイスターソース、しょうゆで味付けする。
- ⑨ 最後に白いりごまを入れ、混ぜたら出来上がり。