

給食だより 1月

新座市立野火止小学校
校長 丹代 円
栄養士 西川 聰子

あけましておめでとうございます。今年もみなさんに安心・安全でおいしい給食を食べてもらえるよう、給食室も気持ちを新たにがんばります。本年も、よろしくお願いします。

覚えていましたか？ 今年度のPTA広報誌



先生にも人気！野火止小のみそラーメン



野火止小の子供たちだけでなく、校長先生をはじめとする先生にも人気なのが、野火止小のみそラーメンです。給食室で朝早くから鶏がら、豚骨でスープを取るところから調理が始まります。野菜をたっぷり使用し、溶いたみそを入れて仕上げています。1月24日（全国学校給食週間の初日）に提供予定です。



1月24～30日は全国学校給食週間です！

献立表でも紹介した【全国学校給食週間】では、先生やみんなに人気のある献立や、地場産野菜をたくさん使用した特色ある献立等を実施します。また、給食について理解・関心を高め、感謝の気持ちを伝えるため以下の取組を行います。

- ①1月21日(火)に児童集会で給食委員会による発表を行います。
- ②給食に関わる人へ感謝の気持ちをもち、絵や献立などの作品に取組む予定です。
- ③残菜を減らし、きれいな片付けを目指す“ありがとうキャンペーン”を行います。

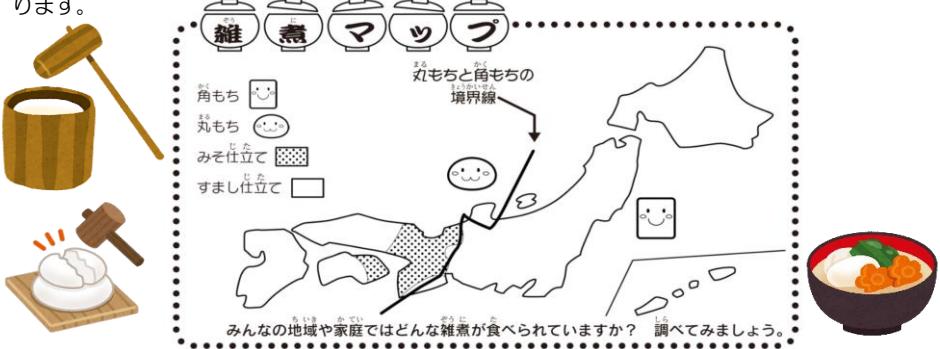


10日の給食で

お雑煮文化を知ろう

1月11日は、鏡開きです。1年の無病息災を願い、1月11日にお正月に供えたものを下げ、切らすに木づちなどで割ってお雑煮やおしるこにします。ただし“割る”という言い方ではなく、縁起の良い“開く”という言葉を使います。

お雑煮は地域によって様々な種類があり、100種類を超えると言われています。また、もちの形も丸いものや四角いものがあり、地域によってどちらの形が多く食べられているかが異なります。



10日：島原の具雑煮とは？

長崎県島原市の郷土料理です。お正月に食べられることが多いですが、最近は飲食店等で一年を通じて食べられるそうです。使用的具材は奇数で7種類以上となっているそうで、白菜と昆布が入ることと、丸もちを使用することが特徴です。給食では、9種類の具材を使用し、丸もちは白玉団子で代用します。

作ってみませんか？ ツナナピラフ～

今年、新しく野火止小に仲間入りした調理員さんから教えてもらった献立です。ツナを使用するので、比較的手軽に作ることができます。

【材料ー5人分】※中学年の分量です

お米 300g

サラダ油 適量

玉ねぎ 50g…小さい角切り

にんじん 25g…千切り

ツナ 75g…油を切る

白ワイン 適量

塩 4g

こしょう 少々

しょうゆ 少々

パセリ 少々…みじん

【作り方】

- ①お米を洗い、炊飯する。
- ②鍋に油を熱し、玉ねぎとにんじんを炒める。
- ③ツナを加え、調味する。
- ④炊けたご飯に③とパセリをまぜる。

