

1月給食だより



栃木市マスコット
キャラクター
「とち介」

栃木市立西方小学校
給食共同調理場

寒さが厳しさを増す中、12月はあっという間に過ぎていよいよ冬休みです。クリスマスやお正月など、楽しいイベントがたくさん待っています。年末年始は、普段とは異なり、大人も子どもも生活リズムが乱れがちになります。生活習慣を振り返り、規則正しい1日を過ごしましょう。

また、1月の給食ではお正月にちなんだ献立や、給食週間に合わせた献立を提供します。子どもたちが元気に学校生活を送れるように、食事の面からサポートしていきたいと思えます。



～日本各地のお雑煮～

【北海道】
移住者が多く、食材も豊富な土地柄のため、お雑煮の種類もたくさん。砂糖を入れたものもある。

【岩手県】
くるみで作った甘いタレをお餅につけながら食べるお雑煮。

【東京都】
江戸雑煮とも呼ばれるお雑煮。かつおと昆布のだしのすまし汁に、よく焼いた角餅を入れたもの。

【愛知県】
お餅は焼かずにだし汁で煮る。小松菜とお餅、かつお節を入れたシンプルなお雑煮。

【鳥取県】
甘く煮た小豆汁に丸餅を入れたお雑煮。ぜんざいに似ている。

【福岡県】
魚のブリと、丸餅、かつお菜などを入れたお雑煮。かつお菜は、茎の部分がかつお節の風味。

【京都府】
白みそ仕立てのお雑煮。お餅は丸餅で、里芋やにんじんなどの具材も丸く切る。

おすすめお正月レシピ みかん果汁で色が鮮やかになります！！

「さつまいものきんとん」

- 材料
- さつまいも…1本(200～250g)
 - 砂糖……………50g
 - みかん果汁…1/4カップ
 - 栗の甘露煮のみつ…大さじ2
 - 栗の甘露煮…適量(飾りたい分だけ)
- ① さつまいもの皮を厚めにむく
 - ② さつまいもをゆでて、つぶす
 - ③ 砂糖、みかん果汁、みつを入れながら火にかけて混ぜる
 - ④ ちょうどよい固さになったら丸め、上に栗の甘露煮をのせて完成

1月は全国学校給食週間があります！

1月24日から30日までの間は、「学校給食週間」です。

学校給食の時間では、準備から片付けと、実際の活動を繰り返し行うことで、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けることができます。

