

# 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。

