

1月 給食だより

1月のめあては
「感謝して食べよう」です。



給食で日本一周！各地の味を楽しもう

明けましておめでとうございます。一年のスタートとなる1月の給食は、なんと25日（月）から日本一周旅行を楽しめる献立になっています。お楽しみに！

26日（火）：長野県

長野県はレタスとしめじの生産量日本一！しめじの人工栽培が始まったのも、ここ長野県なんです。キムタク炒めは長野県塩尻市の給食から生まれたメニュー。ご飯に混ぜて食べてくださいね。

28日（木）：兵庫県

もち麦は栽培の難しさから「幻の麦」と呼ばれる、兵庫県福崎町の特産品。そして味の良さで知られる「丹波地鶏」と「明石だこ」も登場します。地元の恵みを味わいましょう。

27日（水）：茨城県

全国に出回っているれんこんのうち、なんと半分近くは茨城県産！また、茨城県ではけんちん汁にそばをつけて食べる風習があるそうです。さらに茨城県の特産品といえば納豆は外せませんね。

25日（月）：北海道

どさんこ汁の「どさんこ」とは北海道産という意味。じゃが芋や玉ねぎ、コーンなど北海道を代表する野菜をたっぷり使っています。また、北海道はほっけの水揚げ量、ブロッコリーの生産量ともに全国No.1！美味しい食材の宝庫ですね。

29日（金）：沖縄県

沖縄県生まれの名物料理といえばタコライス。給食では辛みを抑えた味付けにアレンジしています。また、温暖な気候の沖縄県ではもずくの水揚げ量だけでなく、パイナップルの生産量も日本一なんです。



そうだったのか！給食クイズ

Q.1 日本で学校給食が始まった理由は次のうちどれでしょう？

- ① 貧しくてご飯が食べられない子どもたちを救うため
- ② みんなで楽しく食事をして仲良くなるため
- ③ 食事のマナーを学ぶため



Q.2 食事の後にするあいさつ「ごちそうさま」にはどんな意味が込められているでしょう？

- ① 「美味しかったよ」という意味
- ② 食材や料理を作ってくれた人へ感謝をする意味
- ③ 生き物のいのちをいただくことに感謝をする意味



②:20 ③:10:20

おうち時間de作ってみよう

給食で日本一周旅行！
～番外編～

＜沖縄のおやつ サーターアンダギー＞

サーターアンダギーは沖縄の伝統的な揚げ菓子。沖縄では揚げる時にできる割れ目を「花が咲く」と表現し、縁起の良い食べ物とされています。卵の代わりに水を入れても作れますよ。



材料（約10個分）

ホットケーキミックス 150g
卵 1個
(もしくは水 大さじ3)
砂糖 大さじ2
揚げ油 適量

作り方

- ① ボウルに材料を全て入れ、粉っぽさがなくなるまでよくこねて一つにまとめる。
※手に小麦粉やサラダ油をつけておくとうっつきません。
- ② 生地を10等分にし、手のひらでころころと丸める。
- ③ 160℃の油できつね色になるまで、時々転がしながらじっくり揚げたら出来上がり！
パカッと割れて花が咲いたようになりますよ。