

# 1月 給食だより



令和5年12月25日  
台東区立 忍岡中学校  
校長 金栄 晃弘  
栄養士 須田 沙織



あたら いちねん ほし  
**新しい一年が始まります！**



「一年の計は元旦にあり」ということわざがあります。意味は「最初が肝心」ということです。家族みんなで健康に過ごせるように、年始めに一年間の食生活について目標を立ててみましょう。

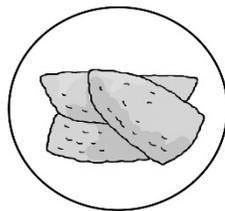


## おせち料理のいわれ

正月に食べるおせち料理には、健康や長寿などの祈りが込められています。

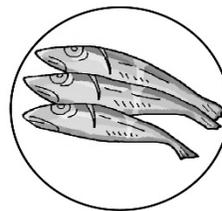
### 数の子

数の子は、にしの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いが込められています。



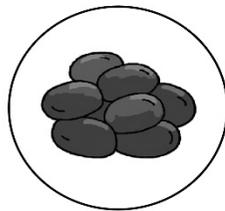
### 田づくり

田んぼにこいわしの肥料をまいたことから、田づくりと呼ばれ、豊作の願いがあります。



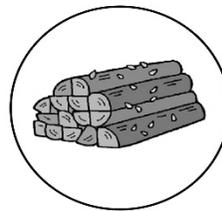
### 黒豆

まめは、まめに働き(勤勉)、まめに生きる(健康)という願いがあります。



### たたきごぼう

ごぼうは、根が地中深くに入ることや豊年や息災の願いが込められています。



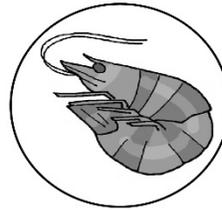
### こぶ巻き

昔は「ひろめ」と呼ばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。



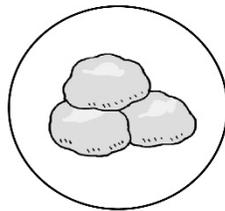
### えび

えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いが込められています。



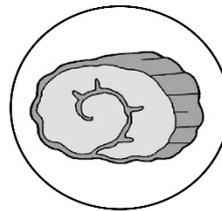
### きんとん

きんとん(金団)には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。



### 伊達巻き

巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。



## 1月24~30日は「全国学校給食週間」



今年の忍中のテーマは「日本各地の料理」です。今回は5つの道県を取り上げ、名産品を使った料理や郷土料理などを提供します。お楽しみに~♪

### 24日 山口県

- ・チキンチキンごぼう …学校給食から広まったソルフード。名前のリズムが楽しい♪
- ・れんこん …全国5位の生産量。「岩くれんこん」が主要です。
- ・柏椀 …冠婚葬祭などハレの日に食べる郷土料理。



### 25日 滋賀県

~百人一首大会にちなんで、かるたの聖地「近江神宮」がある滋賀県の料理を提供します~

- ・しよめし …「わっしょい」から名づけられたと言われる、祭りの時の行事食。
- ・マス …琵琶湖固有種の「ピワマス」が有名です。
- ・水菜 …全国6位の生産量。
- ・打ち豆汁 …大豆を蒸してつぶして乾燥させた「打ち豆」を入れたみそ汁。



### 26日 北海道

- ・味噌バターコーンラーメン …札幌のお店がお客様のリクエストにこたえてできたラーメン。
- ・チーズいももち …名産のじゃが芋を使った、家庭で作れる郷土料理として人気。
- ・ミルクプリン …生乳の生産量全国1位。シェア52%!



### 29日 愛知県

- ・味噌カツ …「名古屋飯」の代名詞。豆味噌を使ったタレでごはんが進む!
- ・キャベツ …全国1位の生産量。季節風の影響で栽培に適しています。
- ・大葉 …全国1位の生産量。ハウス栽培で周年出荷しています。
- ・白菜 …全国4位の生産量。結球白菜の育成に成功し普及。



### 30日 千葉県

- ・さんが焼き …魚のなめろうを丸めて焼いた郷土料理。
- ・かぶ …全国1位の生産量。漬物での需要を受けて生産が定着しました。
- ・さつまいも …全国3位の生産量。ベニアツマが主要。

