

令和5年度 1月 給食一口メモ③

《給食時の校内放送や校内掲示などにご活用ください》

	献立名	一口メモ
1/22 (月)	ごはん あじフライ くきわかめのきんぴら だまこ汁 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産だいこん、さつま揚げ、牛乳です。 今日は、全国学校給食週間にちなんで、「東北六県&世界の汁物・煮物、味めぐり」と題して、東北および世界各地の料理が登場します。今日は、秋田県の「だまこ汁」です。「だまこ」とは、ごはんをすりこぎでつぶして丸めただんごのことで、これを棒につけて焼くと「きりたんぼ」になります。秋田の方言では「だまこ鍋」とも呼ばれ、秋田では、冬によく食べられる家庭料理のひとつです。
1/23 (火)	ココアパン 照り焼きチキン(中学校のみ) きのこマカロニのソテー ミネストローネ 豆乳パンナコッタ 牛乳	今日の地場産物は、松島産トマト、パン用小麦粉、牛乳です。 今日は、全国学校給食週間にちなんで、「東北六県&世界の汁物・煮物、味めぐり」と題して、東北および世界各地の料理が登場します。今日は、イタリアの「ミネストローネ」です。ミネストローネとは、野菜や豆、マカロニなどを煮込んだ具だくさんのスープのことを言います。イタリアでよく使われるトマトには、昆布と同じうま味成分の、グルタミン酸が多く含まれているため、日本の「だし」と同じように、イタリアでは、いろいろな料理にトマトを使ってうま味を生かしているそうです。
1/24 (水)	ごはん のりたまご巻き 豚肉と白菜のオイスターソース炒め じゃっぱ汁 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産白菜、松島産だいこん、松島産ねぎ、豚肉、牛乳です。 今日は、全国学校給食週間にちなんで、「東北六県&世界の汁物・煮物、味めぐり」と題して、東北および世界各地の料理が登場します。今日は、青森県の「じゃっぱ汁」です。じゃっぱとは、津軽弁で「魚のアラ」のことで、本場では、頭や骨、内臓などを丸ごと使って作る、魚のうまみがしっかり味わえる料理です。給食では、骨や内臓などは使っていませんが、たらと鮭の身を使い、うまみを味わえるように作っています。青森県の中でも海に面した津軽地方でよく食べられている郷土料理です。
1/25 (木)	ソフトパン 鶏肉のレモンソース キャロットサラダ リンゼンズッペ 牛乳	今日の地場産物は、パン用小麦粉、牛乳です。 今日は、全国学校給食週間にちなんで、「東北六県&世界の汁物・煮物、味めぐり」と題して、東北および世界各地の料理が登場します。今日は、ドイツの「リンゼンズッペ」です。ドイツ語で、リンゼンはレンズ豆、ズッペはスープのことを指します。ドイツでよく食べられている食材であるウインナーやセロリ、じゃがいもなどを一緒に煮込んで作る家庭料理で、具だくさんで体が温まる、ドイツの冬の定番料理だそうです。
1/26 (金)	ごはん いわしの梅煮 五目きんぴら 厚揚げのみそ汁 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産白菜、松島産ねぎ、豚肉、牛乳です。 一口メモは「五目きんぴら」についてのお話しです。和食において、「五目」と名前のあるものには、「いろいろな食材を使った料理」という意味があります。今日のきんぴらには、ごぼうの他に、にんじん、しいたけ、こんにゃく、豚肉などを使っています。かみごたえのある料理なので、しっかりよくかんで食べましょう。

令和5年度 1月 給食一口メモ④

《給食時の校内放送や校内掲示などにご活用ください》

	献立名 <small>こんだてめい</small>	一口メモ <small>ひとくち</small>
1/29 (月)	ごはん ビビンバ炒め トックスープ 焼きプリンタルト 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産白菜、松島産ねぎ、豚肉、牛乳です。 今日は、全国学校給食週間にちなんで、「東北六県&世界の汁物・煮物の味めぐり」と題して、東北および世界各地の料理が登場します。今日は、韓国の「トックスープ」です。トックとは、米から作られるもちのことで、韓国では、ゆでたり、炒めたり、蒸したりして、おかずとして食べたり、甘い味つけにして、おやつとして食べたりするそうです。給食では、薄く切ったものをスープに入れました。日本のおもちに似ているトックをよく味わって食べましょう。
1/30 (火)	背割りコッペパン ロングウインナー コーンと枝豆のソテー 白菜のシチュー 牛乳	今日の地場産物は、松島産白菜、パン用小麦粉、牛乳です。 一口メモは「白菜」についてのお話です。白菜は、冬が旬の野菜です。かぜなどの感染症を予防するのに効果がある「ビタミンC」や、とりすぎた塩分を排出する働きのある“カリウム”という栄養が多く含まれています。今日の給食に使われているのは、松島でとれた、新鮮でおいしい白菜です。地元のおいしい食材を、しっかり味わって食べましょう。
1/31 (水)	ごはん さばのたつた揚げ わかめともやしのあえもの ざくざく 牛乳	今日の地場産物は、松島産ごはん、松島産だいこん、牛乳です。 今日は、全国学校給食週間にちなんで、「東北六県&世界の汁物・煮物、味めぐり」と題して、東北および世界各地の料理が登場してきました。最終日の今日は、福島県の「ざくざく」です。別名「ざくざく煮」や「ざくざく汁」とも呼ばれ、江戸時代から食べられている郷土料理です。「ざくざく」とは、食材をざくざくと角切りにした汁物という意味があり、お祝い事の時は材料の数を奇数に、お悔やみの時は偶数にするという決まりもあるそうです。

松島町学校給食センター