

正月献立

正月のおせちには、一つ一つの料理に様々ないわれ(昔から言い伝えられてきたこと)があり、新しい年を祝う気持ちと家族やみんなの健康や幸せを願う気持ちが込められています。正月献立は世界に誇れる和食文化であり行事食のひとつです。12日と26日に提供します。

煮しめ

様々な食材と一緒に煮ることから、家庭が仲良く、末永く繁栄しますようにと願いが込められています。

なます

大根の「白」と人参の「赤」の色が、お祝いの水引の色合いのようであることから、お祝い料理として食べられます。

雑煮

一年の無事を願って正月に食べられる伝統料理です。給食では味噌仕立てで丸餅を入れています。

味付けや食材は、全国各地その地域ならではの特徴があります。

田作り

昔、干した魚を田畑の肥料に使用していたことから「田作り」と呼ばれるようになりました。豊作を願っているおせち料理のひとつです。



16日 震災を考える給食

1995年1月17日の阪神・淡路大震災から28年が経ちました。当時の状況を知るだけでなく、自分なら災害の際どのような対応をするか具体的に考えることが大切です。今回は、災害時にできる調理「バッククッキング」と災害時の食事を考えるという2点の視点から震災を考える献立にしています。

①災害時の調理の工夫を考える

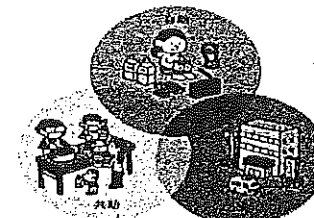
災害時に水や燃料は限られた貴重な物です。そのような中で少ない水や燃料で調理できる方法の一つが「バッククッキング」です。

鶏の照り煮とツナと切干大根のマヨネーズ和えは、「バッククッキング」で作ることができます。自分の家に普段からある食材で何ができるか考えてみましょう。



②炊き出しを通してできることを考える

阪神・淡路大震災では、全国各地からかけつけた人々の支援で炊き出しが行われました。温かい豚汁は体を温めるのはもちろんですが、心も温められた献立のひとつでした。過去の災害時には中学生も現地メンバーとして活動していました。困っている時に自分ができることや助けあえるのはどのようなことか考えてみましょう。



30日 食べよう兵庫の食材

大根は、夏には辛みがあり冬には甘くなるのが特徴です。兵庫県全域でもたくさん育てられています。ゆずは、西播磨地域で栽培された物を、青ねぎ・酒かすは、明石近郊の物を使用します。

11日(水)	12日(木)★正月献立	13日(金)	16日(月)★震災を考える給食	17日(火)
キャベツの レモン和え 豚肉の 香草焼き ごはん ピーマンの すまし汁 牛乳	炒めなます 煮しめ ごはん 雑煮 牛乳	添え野菜 (キャベツ) パン チキンフライ バンプキンソイ チャウダー 牛乳	ツナと切干大根の マヨネーズ和え ふりかけ 鶏肉の 照り煮 ごはん 豚汁 牛乳	魚の骨に注意 にんじんと ベーコンの ソテー パン 鶏のマリネ 野菜スープ 牛乳
18日(水)	19日(木)	20日(金)	23日(月)	24日(火)
キャベツ チャブチェ ごはん 味噌チゲ スープ 牛乳	白菜のおかか和え 揚げ鶏の 梅風味 ごはん かきたま汁 牛乳	マーシャル ピンズ パン 豚肉とじゃがいもの トマト炒め 玉ねぎ スープ 牛乳	魚の骨に注意 キャベツとたくあん のごま炒め 豚の 照り焼き ごはん 関東煮 牛乳	ぶどう ゼリー パン 添え野菜 (ブロッコリー) ミートボール トマトスープ 牛乳
25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)★食べよう兵庫の食材	31日(火)
コロコロサラダ ごはん ポークカレー 牛乳	田作り 高野豆腐の 煮物 ごはん かぼちゃの 味噌汁 牛乳	回鍋肉 ごはん ぎょうざスープ 牛乳	魚の骨に注意 ゆず大根 鰯の 竜田揚げ ごはん かす汁 牛乳	パン ウインナーの 野菜ソテー ピーフ シチュー 牛乳