

そうせランチタイムス

令和5年1月号
匝瑳市学校給食センター



新しい年を迎えました。寒い日が続く、朝起きることもつらくなる時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。今月は、匝瑳市の誕生を記念して「大匝瑳膳」が登場しますので楽しみにしてくださいね。

1月23日は匝瑳市誕生記念！「大匝瑳膳」

献立紹介



料理を考えてくれた方と工夫したポイントを紹介します。匝瑳市の食材もたくさん登場するよ！

★鮭の和風バターポン酢(幼小) 八日市場小学校6年1組 武内悠夏さん

大好きなポン酢と鮭でおいしい給食ができないかと思いました。苦手なえのきたけもこの料理なら食べられると思いました。



★しっとりささみのレモンソース(中) 八日市場小学校6年1組 小林莉子さん

ソースを甘酸っぱく仕上げました。

★カルシウムたっぷり 八日市場小学校6年2組 田山侑希乃さん

小松菜とじゃこの炒めもの

匝瑳市特産の赤ピーマンで色合いをつけたり、ごまの香りで食をそそるように考えました。



★栄養満点！東総とん汁 椿海小学校6年1組 佐瀬ひなたさん

地元の食材を使って栄養バランスをよくしました。おいしく食べてもらいたくて、具を多くした献立になりました。



★ごはん

市内堀川地区で生産された有機米を使用します。



1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう！

学校給食のはじまり



今年の学校給食週間は、なつかしい昭和の給食をお届けします。

1/25(水)

【揚げパン(幼小)・ミルクシチュー】

昭和20年代に考案された揚げパンは、今も変わらず給食の人気メニューです。戦後、アメリカから援助された脱脂粉乳を使ったシチューが給食で食べられるようになり、日本に白いシチューが広まったと言われています。

1/27(金)

【わかめごはん・すいとんみそ汁・黄桃缶】

すいとんは、小麦粉に水を加えてこねて、団子くらいの大きさにして、汁で煮たものです。戦時中は、米の代わりに食べられていました。昭和40年代には、果物として黄桃缶詰が給食に登場しました。

1/31(火)

【麦ごはん・ポークカレー】

カレー粉が日本に入ってきたのは明治時代と言われていますが、戦後に学校給食でカレーが食べられるようになって、日本に「カレーライス」が定着したと言われています。現在もカレーは、学校給食の定番メニューです。

日本一周！

「ぐるっとグルメ」1月は 静岡県

●どんな県？

県庁所在地：静岡市

本州中部の太平洋沿岸に位置する県で、日本最高峰の富士山(標高3,776m)があります。

また、全国一の水揚げ額の焼津漁港や静岡茶が有名です。



★料理紹介

- ・黒はんぺんフライ【幼・小】
- ・駿河湾産釜揚げ桜えびのかき揚げ【中】
- ・寒天サラダ
- ・三ヶ日みかん

(1月20日実施予定)

○黒はんぺん：静岡県の郷土食の魚肉練り製品で、サバやアジ、イワシをすり身にして作られます。静岡おでんの具材の一つとしても有名です。

○桜えび：国内水揚げのほぼ100%が駿河湾産です。駿河湾の宝石と言われ、桜色に輝く身には、甘みとうま味が詰まっています。

○寒天：伊豆半島は、ところてんや寒天の原料となる天草生産が日本一です。

○三ヶ日みかん：静岡県浜松市北区三ヶ日地区で生産されるミカンです。太陽の日差しを多く受けた、甘くてコクのあるミカンです。