

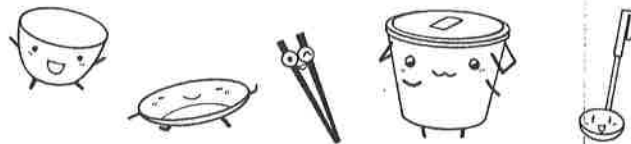


1月給食だより

いすみ市学校給食センター
NO. 76 1月号
令和4年 1月発行

新年あけましておめでとうございます。1月は寒さも厳しく、体調も崩しやすい月です。年末年始で乱れてしまった生活リズムを少しずつ整えるためにも、あたたかい朝ごはんをしっかりと食べて1日を元気に過ごせるようにしていきましょう。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間



1月24日から28日の1週間は「全国学校給食週間」です。日本の学校給食は明治22年に山形県の私立忠愛小学校で提供されたおにぎり、塩鮭、青菜の漬物がはじまりと言われています。その後、戦争中は中断されていましたが、戦後の食糧不足により子どもたちの栄養状態が悪化したことから、アメリカから「ララ物資」が送られ、昭和21年12月24日にミルクとパンの給食が再開されました。その日を学校給食感謝の日と定めていましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日からの1週間を「学校給食週間」としました。

給食週間には、いすみ市の特産物の「たこ」を使用した献立や各地域の郷土料理を取り入れた献立を実施します。

○24日（月） 「たこカレー」 いすみ市でとれたたこがたくさん入っています。

○25日（火） 「チキンなんばん」 宮崎県の郷土料理です。昭和30年代に延岡市内の洋食店で賄い料理として作られたのが始まりとされます。鶏むね肉を使うのが一般的でしたが、現在は鶏もも肉を使うこともあります。タルタルソースをかけるものと甘酢ダレだけで味わう2つがあります。給食では、鶏むね肉を使用し甘酢ダレで味わう「チキンなんばん」になります。

○26日（水） 「鮭のちゃんちゃん焼き」 北海道の郷土料理です。秋から冬にかけてとれる、鮭と旬の野菜にバターをのせ蒸し焼きにして、みそと砂糖、みりん、酒で味付けをします。石狩地方の漁師町が発祥と言われています。

○28日（金） 「ほうとう」 山梨県の郷土料理です。小麦粉で作っためんを季節の野菜と一緒にみそで煮込んだものです。戦国時代の武将武田信玄が自分の刀で食材を切ったことから「宝刀（ほうとう）」と名付けられたという説もあります。

給食レシピ 人気メニュー

さばのオイスターソース焼き



【材料】（4人分）

- ・さば切り身40g 4切
- ・しょうゆ 小さじ2
- ・酒 小さじ1・1/2
- ・オイスターソース 小さじ2
- ・さとう 大さじ1/2
- ・ごま油 小さじ1

【作り方】

- ① さばを調味料につけ、下味をつける。
- ② オーブンやフライパンで焼く。