



食育便い

令和7年1月17日 村上特別支援学校

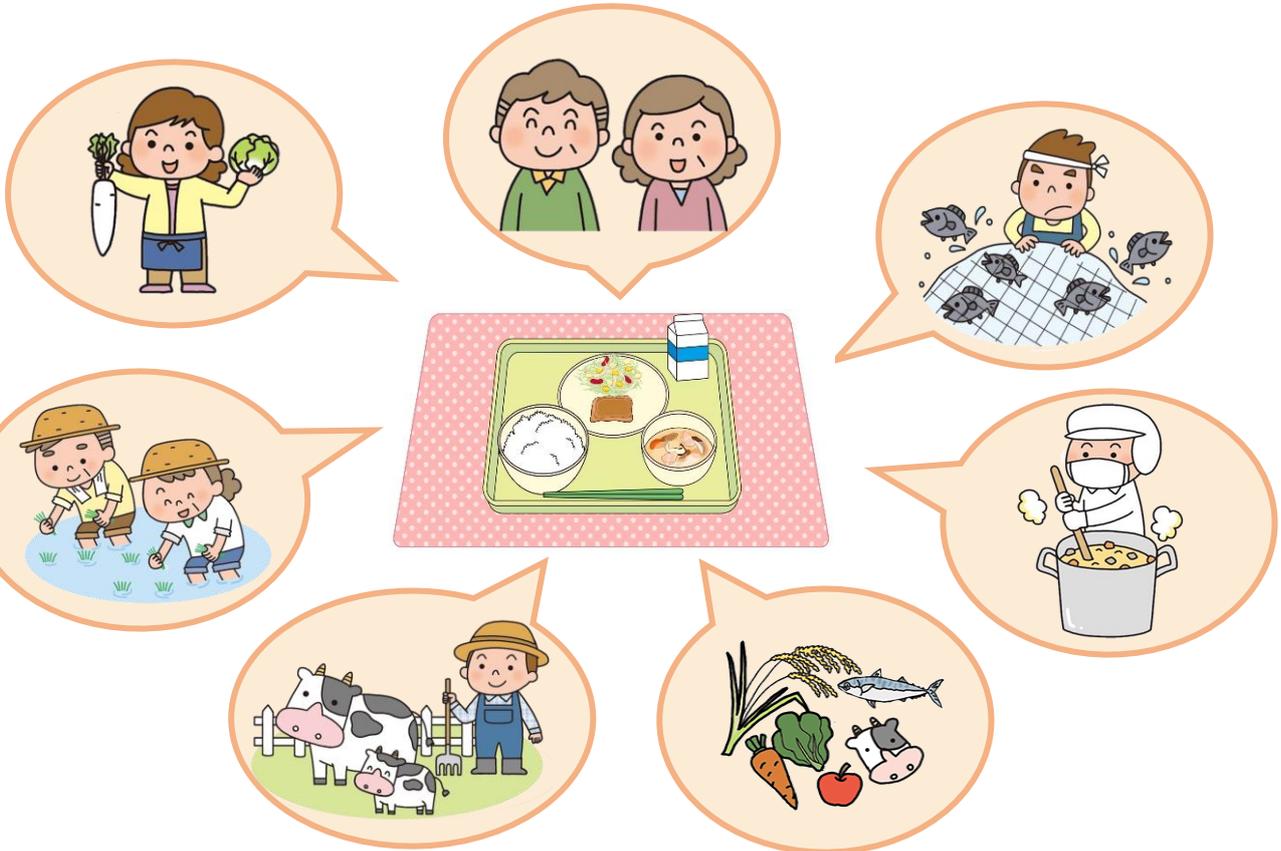


年が明けて、寒さも一段と厳しくなってきます。食事前の石けんでの手洗い、栄養バランスのとれた食事、十分な睡眠と休養を心がけながら、3学期も元気に過ごしましょう。

1月の給食目標

感謝の気持ちをもって食事をしよう!

給食が出来るまでには、とても多くの人がかかわり、心を込めて準備してくれています。どんな人たちが関わっているのかを知り、感謝の気持ちをもって食事をいただきます。



いま はじ
◎感謝の気持ちを表すために、**今、** **できることから始めよう!**

- 「いただきます」や「ごちそうさま」の挨拶をする。
- 好き嫌いをしないで食べる。
- マナーを守って食べる。
- 後片付けをきちんとする。・・・など



1月24日～30日は全国学校給食週間です！

学校給食は明治22年、山形県鶴岡町立忠愛小学校で、貧しくて学校にお弁当を持ってくることができない子どもたちのために、おにぎりや漬け物などを出したのが始まりだそうです。その後全国的に広まった学校給食は戦争のため一時中断されてしまいました。しかし、戦後外国から送られた脱脂粉乳や小麦粉などの救援物資で再開され、栄養不足の子どもたちを救いました。これを記念したのが給食記念日（1月24日）で、給食記念日を含む1週間で「学校給食週間」としています。

今年度の給食週間のテーマは、『日本一周うまいもの巡りの旅へ！～西日本編～』です。最終日のみ、新潟県に戻ってきて、新潟県の郷土料理や特産品をいただきます。お楽しみに！

27日（月）【沖縄地方】

ジュシー、アーサー汁、鶏肉の黒糖あん、
そうめんチャンプルー、牛乳



○ジュシー

そうすいや炊き込みごはんのことをいいます。

○アーサー汁

沖縄県の郷土料理のひとつで、あおさの汁です。

○鶏肉の黒糖あん

さとうきびのしぼりかすをそのまま煮詰めたものである「黒糖」のあんを焼いた鶏肉にかけます。

○そうめんチャンプルー

「チャンプルー」とは、沖縄の方言で「ごちゃ混ぜ」という意味があります。

24日（金）【九州地方】

佐世保バーガー、太平燕、切干大根の和え物、牛乳



○佐世保バーガー

長崎県佐世保市のご当地グルメのひとつです。パンの間に肉、卵、ベーコン、チーズ、野菜、自家製マヨネーズが入ったハンバーガーです。

○太平燕

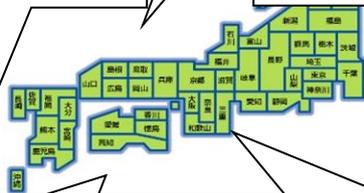


熊本市民に愛されるソウルフードです。

見た目はチャンポン、でも麺はヘルシーな春雨を使用しているのが特徴です。

○切干大根の和え物

宮崎県は、日本一の切干大根生産量をほこります。



28日（火）【中国・四国地方】

ごはん、打ち込み汁、カツオフライ、れんこんの
レモンドレッシング、白桃ジュレ、牛乳

○打ち込み汁

香川県の郷土料理で、うどんが入っています。

○カツオフライ

かつおは、高知県の「県の魚」
に指定されています。



○れんこんのレモンドレッシング

山口県の岩国地方で有名な「れんこん」と、広島県で収穫量が全国1位の「レモン」のドレッシングであえたサラダです。



○白桃ジュレ

岡山県の特産品である、「白桃」と「ぶどう」を使ったゼリーです。

29日（水）【近畿地方】

ごはん、かす汁、たらの西京焼き、
とふの粉の煮物、有田みかん、牛乳



○かす汁

国内最大の日本酒の生産地である兵庫県の「酒粕」を使用した汁物です。



○たらの西京焼き

「西京焼き」は、西京味噌の発祥の地である京都の伝統料理として誕生しました。

○とふの粉の煮物

とふの粉は、高野豆腐を小さく切ったときにできる粉のことです。

○有田みかん

和歌山県のみかんです。



和歌山県はみかんの生産量日本一をほこります。