

全国学校給食週間

給食週間中の献立

1月26日～30日

期間中の献立には、大村でとれる野菜や県内産の食品を使った郷土料理を多く取り入れています。給食を食べて、長崎県のよさやふるさと大村市のすばらしさを、改めて感じてほしいと思います。

1月26日(月)・黒田五寸人参ごはん・牛乳・ふるさと野菜たっぷりスープ・黒鯛すり身フライ ・蒸し野菜・マヨネーズ

「大村産を豊富に使った献立」です。大村市では、小・中学校合わせて約1万食の給食を作っています。大村産の食材を集めるのは大変ですが、学校給食会や業者の方の協力により実施することができています。

「黒田五寸人参」の原種を守り続けている生産者は現在5名。中心部まで濃紅橙色で、人参が苦手な人も食べられるおいしさが特徴です。「黒鯛すり身フライ」は、大村湾でとれた黒鯛を子どもたちに知ってほしいという思いから作られました。蒸し野菜と一緒にマヨネーズをつけて食べてください。きゅうりは、ハウス栽培により一年中大村産を使っています。



1月27日(火)・麦ごはん・牛乳・ヒカド・鯨のごまみそがらめ・白菜とりんごのサラダ

長崎には、昔、鯨をとって食べていたという食文化があります。大村でも貴重なたんぱく源として食べられてきました。野岳湖を作ったことで有名な深澤儀太夫勝清は、30歳のころ鯨をとる方法を学びました。鯨をとって得たお金は、お寺を新築したり、修繕したり、ため池を造って寄付するなど、多くの人々の利益と幸福のために使いました。今日の鯨は、調査捕鯨の「ニタリクジラ」です。体長10～16メートルあり、北西太平洋で獲れました。貴重な鯨料理を味わっていただきましょう。ヒカドは、長崎市発祥の卓袱(しっぽく)料理です。材料を小さく切るという意味のポルトガル語の「picado」から名付けられました。

1月28日(水)・米粉と豆乳の蒸しパン・牛乳・煮込みちゃんぽん・鶏肉のケチャップ炒め・型抜きチーズ

長崎の郷土料理といえば「ちゃんぽん」です。長崎市で中華料理店を開いた人が中国から来た留学生のために、栄養バランスがとれた料理を食べさせたいと考えられました。「米粉と豆乳の蒸しパン」は初登場のメニューです。時々、「パンが食べたいなあ」という声もあったことから、小麦や乳、卵のアレルギーの人も食べられるようなパンを考えました。ひとつひとつ調理員さんの手作りです。主食としての蒸しパンなので、おかずと交互に食べましょう。



1月29日(木)・ごはん・牛乳・ふしめん汁・上対馬とんちゃん・納豆

そうめんを製造する際にできる端の部分「ふしめん」といいます。そうめんを干す際に最も力がかかる部分で、コシが強もちりりした食感が特徴です。製造過程で生まれる副産物で、地場産物だからこそ、取り入れることができました。「上対馬とんちゃん」は、戦後、北部対馬地方で、在日韓国人により広められた料理です。対馬では焼肉といえば「とんちゃん」と言われるほどです。「納豆」は香岐産大豆フクユタカにこだわって作られています。37年前から長崎県の給食に取り入れられ、みんなの大好きな「納豆みそ」も、香岐産の納豆で作っています。

1月30日(金)・とりめし・牛乳・のっぺい汁・鱈の甘酢あんかけ・みかん

「とりめし」は諫早市の目代地区に伝わるおもてなし用の混ぜごはんです。お正月やお盆、祭りなどで食べられています。「鱈」は、長崎県で水揚げされました。長崎県は、三方を海に囲まれているため、300種類以上の魚が漁獲される地域で、魚種の多様性では全国一位です。漁獲量では全国二位を誇っています。また、「みかん」の生産も盛んです。生産量は全国5位です。ビタミンCや食物繊維もとれるおいしい果物です。私たちが暮らす長崎県や大村市では、いろいろな農産物が生産されています。給食では、地産地消に取り組んでいます。

