

給食週間中の献立紹介動画を作りました。ぜひ見てください。

動画の場所…「Google ドライブ→共有ドライブ→大村市内共有ファイル→小学校→1014特活」

全国学校給食週間中の献立① R5ランチニュース17の1号(Ⅱ地区)

1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。

全国学校給食週間は、学校給食の始まりや給食に関わる多くの人たちのことを知り、食べ物の大切さや毎日食べている給食について学ぶ週間です。

期間中の献立には、大村でとれる野菜や県産の食品を使った郷土料理を多く取り入れています。

郷土料理とは、その地方の特徴ある料理のことで、昔の人がそこでとれた食べ物を使って、調理方法を工夫し伝えられてきたものです。各地方で守り伝えられてきた伝統食ともいえる料理が多く、料理に生かされている知恵や工夫には学ぶことがたくさんあります。

給食週間中の献立をとおして、長崎県やふるさと大村の良さを、改めて感じてほしいと思います。

1月24日(水)

- きのこごはん
- 牛乳
- ふるさと根菜汁
- 大村産豚肉とほうれん草の炒め物
- いちご



オール大村産給食の日

今日の給食は、大村でとれた食材をたくさん使った「オール大村産給食」です。大村産の米をはじめ、しめじ、じゃがいも、豚肉、キャベツ、にんじん、だいこん、ほうれん草、もやし、いちごなど、大村で手に入る食材で献立を考えました。大村でとれる食材のおいしさを味わいましょう。

黒田五寸にんじん、大村産のいちご

にんじんは、毎日のように給食で提供されていますが、秋から冬にかけて甘みが増しておいしい野菜です。今日のにんじんは、黒田五寸にんじんを使っています。

江戸時代の終わりごろオランダから長崎に伝えられ「オランダいちご」と呼ばれていました。

長崎県で栽培されているいちごの品種には、「ゆめのか」「恋みのり」「こいのか」などがあります。



1月25日(木)

- ごはん
- 牛乳
- だんご汁
- サバのいり焼き
- もやしとにらの炒め物



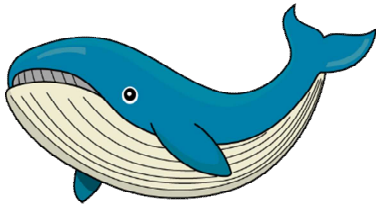
長崎県でとれたサバを使った「サバのいり焼き」、長崎発祥の「もやし」

長崎県は、サバの漁獲量が全国2位です。今日は長崎県産のサバに味を付けてオーブンで焼いた「サバのいり焼き」にしました。サバには、体をつくる「たんぱく質」や血液をさらさらにしてくれる栄養が多く含まれています。

「もやし」は、1850年ごろ長崎に着いた異国の人が作り方を教え、全国に広がっていったことから、長崎はもやし発祥の地といわれています。

1月26日(金)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・かきたま汁
- ・鯨のごまみそがらめ
- ・ゆかり和え



長崎県になじみの深い「くじら」を使った給食

「くじら」は昔から大村で食べられてきた馴染みの深い食べ物です。江戸時代、大村に深沢儀太夫勝清という人がいました。勝清はくじら漁で苦労を重ね、手にしたお金を社会のために役立てました。水不足で困っている農民を救うために、1661年から1年7か月かけて野岳湖を作ったのです。現在でも野岳湖の水は下流域の田や畑を潤しています。

また、昔は、鯨は手に入りやすい食材で、貴重なたんぱく源として、煮物に使ったり、刺身で食べたり、揚げものにしたりして、庶民の味として親しまれ、よく食べられていました。

今では貴重な鯨の肉ですが、鯨の食文化を子どもたちに伝えるために取り入れています。今日の「鯨のごまみそがらめ」は、鯨のにおいが気にならないように、みそ味のたれをからめて、おいしく仕上げています。

1月29日(月)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・にごみ
- ・きゅうりと春雨の酢のもの



大村の郷土料理「にごみ」

「にごみ」は大村の郷土料理です。江戸時代にお祝いごとやお祭り、法事などの特別な日に、おもてなし料理として作られたのが始まりです。落花生が入っているところが、特徴です。材料を細かく切るのは、無駄をなくすという昔の人の知恵があります。



1月30日(火)

- ・ごはん(少なめ)
- ・牛乳
- ・煮込みちゃんぽん
- ・春巻き
- ・中華和え



長崎県の郷土料理の代表選手「ちゃんぽん」

「ちゃんぽん」は、皿うどんと並ぶ長崎県の郷土料理です。ちゃんぽんは、お隣の国、中国出身で長崎に住む華僑の人が考え出しました。いろいろな野菜、豚肉、いか、えびなどが入っているので、栄養バランスのよい料理です。