

１月号

　野々市市小学校給食センター

いよいよ１年の締めくくりとなる３学期が始まります。風邪やインフルエンザなどの感染症が流行していますので、引き続き、手洗い・うがいの徹底と、栄養バランスの良い食事を心がけて予防に努めましょう。

感謝して食べよう!!

大切な「命」をいただきます。ありがとうございます。

　「いただきます」というあいさつは、たくさんの自然の恵みや生き物の「命」をいただいて、私の「命」を養わせていただきます。という感謝の意味がこめられています。



食事の準備をしてくれて、ありがとうございます。

　「ごちそうさま」というあいさつは、漢字では「ご馳走様」と書きます。「馳走」は「走り回る」という意味です。昔は家にお客様が来ると、家にない食べ物を海や山まで探しに行って準備をしなければなりませんでした。「ご馳走様」には、「私の食事のために走り回って準備をしてくれてありがとう」という感謝の意味がこめられています。



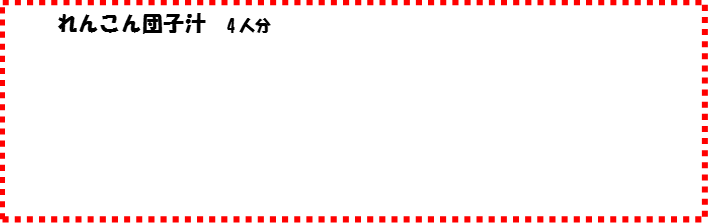


毎日食事の時に、必ず言うあいさつだからこそ、しっかりと意味を理解することで、食べ物を粗末にせずに、大切にする心を育みたいですね。



学校給食週間期間中は、石川県各地の特産物を使用した献立や郷土料理、野々市で採れたヤーコンや大豆を使った献立を実施します。お楽しみに！





大根　　　100ｇ

にんじん　40ｇ

ねぎ　　　40ｇ

みそ　　　大さじ3

【　材料　】

豚小間切れ肉　60ｇ

料理酒　　　　小さじ2

れんこん　　　120ｇ

白玉粉　　　　50ｇ

だし汁　　　　500cc

【　作り方　】

①豚肉は料理酒をかけもみ込んでおく。大根、にんじんはイチョウ切り、ねぎは小口切りにする。

②れんこんは2/3すりおろし、1/3みじん切りにして白玉粉　と合わせ団子を作る。

③だし汁を沸かし（給食では昆布とかつお節を使っています）　豚肉、大根、にんじん、②のれんこん団子の順に火を通す。

④みそで味をととのえ、ねぎを加える。

1月24日から30日は、「全国学校給食週間」です。学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市ではじまり、全国に広がっていきましたが、戦争による食料不足のため中断されました。戦後、食糧難で子どもたちの栄養状態の悪化が心配され、海外からの物資寄贈によって、再び学校給食がはじまりました。世界の人々からの温かい支援に感謝するとともに、教育の一環として行われる学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的として、毎年、全国学校給食週間が実施されています。

24日（金）野々市市の献立

2７日（月）金沢市の献立

2８日（火）白山市の献立

29日（水）能登の献立

30日（木）昭和の献立