

きゅうしょくだより

令和8年1月号
座間市立相模野小学校
校長 田中 恵子

あけましておめでとうございます。

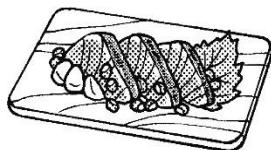
寒い時季ですが、よく食べ、よく体を動かして、夜はしっかりと休みましょう。

健やかな体と心で、新しい年もすくすく成長してほしいと思います。今年もおいしく、安全な給食を作っています。どうぞよろしくお願ひいたします。

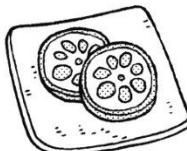
日本各地の郷土料理

日本は四方を海に囲まれ、南北に長く四季の変化がある国です。地域や季節によって収穫するものが異なり、四季折々の食べ物に特色があります。日本各地で受け継がれてきた地域特有の郷土料理に注目してみましょう。

かつおのたたき
(高知県)

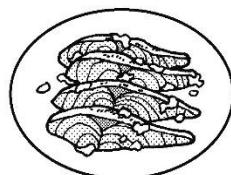


もとは漁師が船上で食べていたまかないが一般に広まったものといわれています。



からしれんこん (熊本県)

れんこんの穴にからしみそを詰めて揚げたもの。おせち料理にも使われます。



へしこ
(福井県)

若狭地域などでつくられた郷土料理。さばなどの魚を塩漬けして、さらにぬか漬けすることで長期保存できます。

北海道・東北



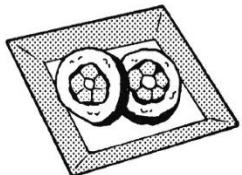
いも煮 (山形県)

さといもの収穫期の秋から冬に河原などで食べられている郷土料理。さといも、牛肉、こんにゃく、ねぎなどを鍋で煮ます。



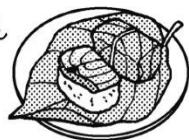
太巻きずし (千葉県)

農家などの一般家庭に伝えられてきたすしの一種。年中行事や冠婚葬祭などで食べられてきた断面が華やかなすし。



柿の葉ずし (奈良県)

塩で締めたさばと酢飯を柿の葉で包んだ押しづし。柿の葉に防腐作用があり、葉の香りとさばのうまみが特徴。



九州・沖縄

中国・四国

近畿

中部

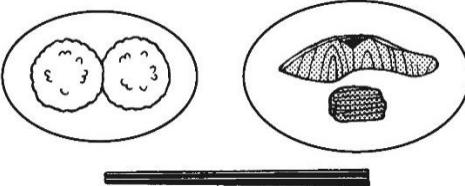
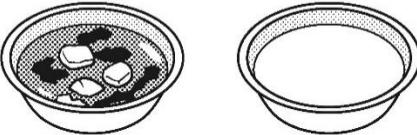
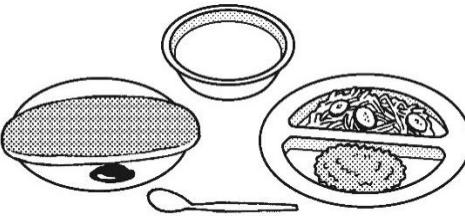
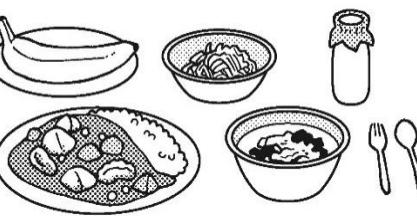
関東

北海道・東北

がめ煮 (福岡県)	岩国ずし (山口県)	めはりずし (和歌山県)	のっぺい汁 (新潟県)	おきりこみ (群馬県)	石狩鍋 (北海道)
ちゃんぽん (長崎県)	かきの土手鍋 (広島県)	にしんなす (京都府)	かぶらずし (石川県)	しもつかれ (栃木県)	じやつぱ汁 (青森県)
冷や汁 (宮崎県)	鯛めし (愛媛県)	ふなずし (滋賀県)	ほうとう (山梨県)	深川丼 (東京都)	ひつつみ (岩手県)
鶏飯 (鹿児島県)	讃岐うどん (香川県)	ひつまぶし (愛知県)			こづゆ (福島県)

1月24日～30日は 全国学校給食週間

学校給食は、明治22年(1889年)、山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で、生活が苦しい家庭の子どもたちへ無料で昼食を提供したことが始まりといわれています。戦争中は食料不足などにより一時中断されましたが、昭和22年(1947年)に児童の栄養改善のために再開されました。

明治22年(1889年)  ・おにぎり、塩さけ、菜の漬物	昭和22年(1947年)  ・トマトシチュー、脱脂粉乳（ミルク）
昭和30年(1955年)  ・コッペパン、脱脂粉乳（ミルク）、アジフライ、サラダ、ジャム	昭和52年(1977年)  ・カレーライス、牛乳、塩もみ、果物(バナナ)、スープ

作ってみませんか？

カレー味のサラダ (16日の献立より)



材料 (4人分)

キャベツ	葉 3枚
きゅうり	1本
にんじん	2cm
ほうれん草	1/2束
ささみの水煮	小1缶
サラダ油	大さじ2
酢	大さじ1と1/2
カレー粉	小さじ1/2
塩	少々
こしょう	少々
さとう	小さじ1

作り方

- ① キャベツ、きゅうり、にんじんは千切りにする。ほうれん草はゆでて3センチぐらいに切る。ニンジン、キャベツもゆでておく。
(給食ではきゅうりもゆでます。)
- ② カッコ内の調味料を合わせて、ドレッシングを作る。
- ③ ①の野菜とささみの水煮をドレッシングである。