

2月 給食だより

令和5年度 2月
岩出市学校給食共同調理場

暦の上では春を迎えましたが、まだまだ厳しい寒さが続いています。体調をくずしがちになってはいませんか？ そんな時は、節分に「鬼は外、福は内」と大きな声を出して豆まきをして、病気や災いを追い払い、福を呼び込みましょう。また、豆には栄養がたくさんつまっていますので、いり豆や豆を使った料理を食べて元気にすごしましょう。

2月の献立より

行事食



今年、2月3日が節分となります。節分は、「季節の分かれ目」という意味で、立春の前日をいいます。

給食では、節分にちなんで「いわしの梅煮」「呉汁」「恵方絵柄の味付けのり」を提供します。呉汁とは、宮城県、埼玉県、鹿児島県など、日本各地に伝わる郷土料理です。大豆を水に浸し、すりつぶしたペーストを「呉」といい、この呉をみそ汁に入れたものが呉汁です。昔は、肉や魚が毎日食べられるわけではなかったため、大豆は貴重なたんぱく源でした。豆腐は家で作っていたので、今のように毎日食べられるものではありませんでした。

そのような中で、呉汁はたんぱく源が手軽にとれる大豆料理として、寒い冬にはよく作られたようです。

「牛豚丼、高野豆腐のサラダ」



山崎小学校の6年生が、英語の授業で考えてくれた献立です。和歌山県の食材を使った献立を考えてくれました。Let's enjoy lunch time!

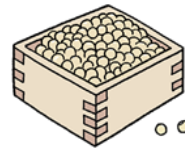
「八杯汁」



岩手県や福島県、宮城県など日本各地の郷土料理です。「おいしくて八杯も食べられる」というところから、八杯汁といわれています。片栗粉でとろみをつけたすまし汁のため、体が温まります。

「ハンバーグ (シャリアピンソース)」

シャリアピンソースは、日本が発祥のソースで、玉ねぎや赤ワインにしょうゆを加えて作るソースです。ハンバーグやステーキといった肉料理に使われることが多いソースです。



大豆は、しょうゆ、みそ、豆腐、納豆などの原料として利用されていて、和食に欠かせない食品です。生の大豆は、独特のにおいや、苦みや渋みがあるため、食べやすくするために、さまざまな工夫がされて、多くの加工品ができました。

姿をかえる大豆

大豆は、加工されているいろいろな食品へと姿をかえています。

