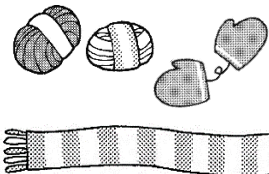


# 給食だより



富田林市教育委員会  
富田林市中学校給食会  
令和5年12月発行

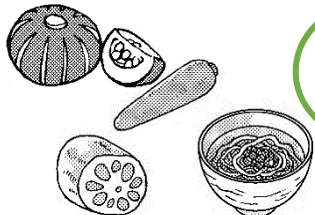
今年も残りわずか

## 昔から伝わる行事

12月は冬至やもちつき、大晦日などの伝統的な行事がたくさんあります。かぜや感染症をしっかりと予防して、年末の行事を迎えましょう。

### 冬至

一年中で最も昼間が短く、夜が長い日です。この日を境に昼間が長くなっていくので、太陽がよみがえる日と考えられてきました。



2023年  
12/22

冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかないといわれています。  
れんこん、にんじん、うどんなど「ん」のつく食べ物を食べると幸運につながるという言い伝えがあります。

正月のもち（鏡もちなど）を年末につく行事です。

### もちつき

蒸したもち米を、きねとうすですいて作ります。29日につくのは「苦もち」、31日につくのは「一夜もち」として避けられています。



12/25~  
12/28

### 大みそか

みそか（晦日、三十日）は、月の最終日のことです。大みそかは、一年の最後の月の最終日なのでこういわれます。一年中で最も昼間が短く、夜が長い日です。



12/31

大みそかの夜に食べる年越しそばには、いわれがいくつかあります。  
一年の苦労を他の麺よりも切れやすいそばを食べることで翌年に持ち越さないという説や、長い麺にあやかって長生きができるという説がよく知られています。

## 2月 献立掲示板

月	火	水	木	金
<b>節分</b> 節分は、「季節を分ける」と書くように、季節の変わり目である立春・立夏・立秋・立冬の前日のことで、特に1年の始まりである立春の前日のことをいいます。2日は節分にちなんだ献立が登場します。		1 <b>厚揚げの中華煮</b> 厚揚げのほか、白菜、玉ねぎ、人参が入っており、野菜がしっかりとれるメニューです。	2 <b>節分献立</b> 2月3日は節分です。鰯や大豆を使った献立や、鬼の形をしたかまぼこが登場します。	
5 <b>明治池中学校 生徒献立</b> 1年生の生徒が家庭科の授業で考えてくれました。洋食を楽しめるようなメニューになっています。	6 <b>もずくのり</b> もずくと海苔、2種類の海藻を使って作る佃煮です。ご飯と一緒に食べてください。	7 <b>ビーフシチュー</b> 牛肉に赤ワインをふり炒めます。煮込む間にアルコール分はとび、風味とコクが加わり味が深みが出ます。	8 <b>ホイコーロー</b> 漢字で書くと「回鍋肉」と書きます。テンメンジャンやトウバンジャンといった調味料も使います。	9 <b>ゆずこしょう</b> ゆずの香りと唐辛子の辛みが特徴の調味料です。キャベツと人参の和えだれとして使用します。
12 <b>振替休日</b> 	13 <b>サンラータン</b> 酸味と辛みが特徴の中華料理です。酸味には黒酢、辛みにはトウバンジャンを使用します。	14 <b>鱈のコーン マヨネーズ焼き</b> コーンとマヨネーズを混ぜたソースを上からかけて焼きます。給食では新メニューです。	15 <b>かぼす</b> 柑橘類の一種です。今回は豚肉にかぼすを使ったタレをかけて爽やかに仕上げます。	16 <b>鶏肉の甘辛だれ</b> でんぷんをまぶして揚げた鶏肉に甘辛だれをかけて仕上げます。調理員さんがひとつひとつをかけて仕上げられています。
19 <b>ごぼう</b> 旬は秋から冬にかけてです。食物繊維が豊富な野菜です。	<b>給食味めぐり 福岡県 たけのこ</b> 全国の生産量の約1/4を占める代表的な農産物のひとつです。北九州（合馬（おうま）地区）や八女（やめ）地域などで多く生産されています。給食では、たけのここちらも福岡県で生産量の多い小松菜と合わせた煮物が登場します。		23 <b>天皇誕生日</b> 	
26 <b>ジャージャー麺</b> 細かく切った玉ねぎ、人参、たけのこ、白ねぎなどの野菜と豚肉を調味料で味付けし、肉みそを作ります。中華麺からめて食べてください。	27 <b>幽庵焼き</b> 和食の伝統的な料理です。しょうゆ、酒、みりんの調味料にゆずやかぼすを加えて爽やかな香りを楽しみます。給食ではゆず果汁を使用します。	28 <b>鶏肉のピザ焼き</b> 塩、こしょうなどの調味料と一緒にトマトピューレを下味に付けます。上からチーズをかけて、とろっとするまで焼きます。	29 <b>キムチスープ</b> キムチは、韓国で食べられる漬物です。ピリッとした辛さが体をあたためる一品です。	