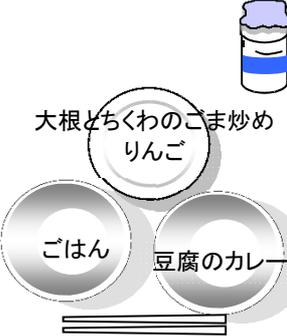
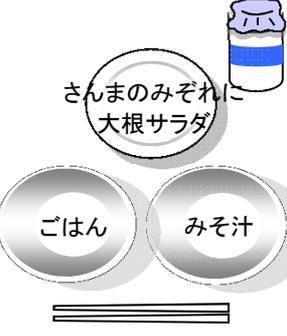
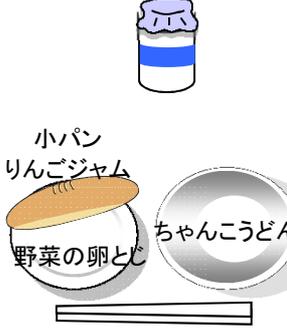
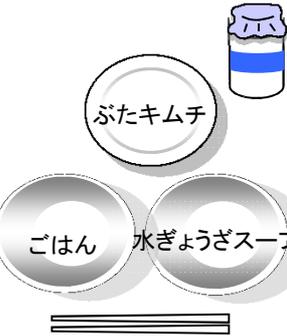


今週の給食 1月 ちょこっと食育 No. 3 1月20日～1月24日は地産地消週間です。						
<p>20日 月曜日</p>		<table border="1"> <tr> <th>豆腐のカレー煮について</th> <th>20日(月)</th> </tr> <tr> <td colspan="2"> <p>今日は、豆腐たっぷりのカレー煮です。一番多くは入っているのは、やはり豆腐です。豆腐は県産の「さちゆたか」という品種の大豆からできています。畑の肉といわれるほど、お肉とおなじくらいにたんぱく質を多くふくみます。カレー煮には、豆腐のほかに、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きくらげなどなど野菜がたっぷりと入っています。カレー味にしたべやすくしています。しっかりと食べて体の中からあたたまりましょう。</p> </td> </tr> </table>	豆腐のカレー煮について	20日(月)	<p>今日は、豆腐たっぷりのカレー煮です。一番多くは入っているのは、やはり豆腐です。豆腐は県産の「さちゆたか」という品種の大豆からできています。畑の肉といわれるほど、お肉とおなじくらいにたんぱく質を多くふくみます。カレー煮には、豆腐のほかに、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きくらげなどなど野菜がたっぷりと入っています。カレー味にしたべやすくしています。しっかりと食べて体の中からあたたまりましょう。</p>	
豆腐のカレー煮について	20日(月)					
<p>今日は、豆腐たっぷりのカレー煮です。一番多くは入っているのは、やはり豆腐です。豆腐は県産の「さちゆたか」という品種の大豆からできています。畑の肉といわれるほど、お肉とおなじくらいにたんぱく質を多くふくみます。カレー煮には、豆腐のほかに、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きくらげなどなど野菜がたっぷりと入っています。カレー味にしたべやすくしています。しっかりと食べて体の中からあたたまりましょう。</p>						
<p>21日 火曜日</p>		<table border="1"> <tr> <th>大根について</th> <th>21日(火)</th> </tr> <tr> <td colspan="2"> <p>日本で一番とれる野菜は何だと思いますか？それは、大根です。では、大根が日本で一番とれるのはどこだと思いますか？北海道です。山口県では、大根は冬にたくさんとれますが、北海道では夏にたくさんとれます。大根は、葉に近いほど甘く、先に行くほど辛くなります。葉に近いところは、大根おろしやサラダに、先の辛いところは味噌汁や切り干し大根にするとおいしく食べられます。春の七草のすずしろはだいごんのことをいいます。今でも人気のある野菜ですが、昔から大切な野菜として食べられていました。</p> </td> </tr> </table>	大根について	21日(火)	<p>日本で一番とれる野菜は何だと思いますか？それは、大根です。では、大根が日本で一番とれるのはどこだと思いますか？北海道です。山口県では、大根は冬にたくさんとれますが、北海道では夏にたくさんとれます。大根は、葉に近いほど甘く、先に行くほど辛くなります。葉に近いところは、大根おろしやサラダに、先の辛いところは味噌汁や切り干し大根にするとおいしく食べられます。春の七草のすずしろはだいごんのことをいいます。今でも人気のある野菜ですが、昔から大切な野菜として食べられていました。</p>	
大根について	21日(火)					
<p>日本で一番とれる野菜は何だと思いますか？それは、大根です。では、大根が日本で一番とれるのはどこだと思いますか？北海道です。山口県では、大根は冬にたくさんとれますが、北海道では夏にたくさんとれます。大根は、葉に近いほど甘く、先に行くほど辛くなります。葉に近いところは、大根おろしやサラダに、先の辛いところは味噌汁や切り干し大根にするとおいしく食べられます。春の七草のすずしろはだいごんのことをいいます。今でも人気のある野菜ですが、昔から大切な野菜として食べられていました。</p>						
<p>22日 水曜日</p>		<table border="1"> <tr> <th>ちゃんこうどんについて</th> <th>22日(水)</th> </tr> <tr> <td colspan="2"> <p>ちゃんこ料理は、すもう部屋で力士(ちゃんこ)が作る手料理の1つです。ちゃんこ鍋が有名です。野菜や肉、魚などを煮込んだ料理です。しっかり煮込むので食中毒の心配がないことと、力士たちが鍋を囲んで食べるので連帯感が生まれることで、ちゃんこ鍋は食べられてきました。しかし、ちゃんこ鍋に入れない食材があります。それは、豚肉や牛肉などの4本足の動物です。よつんばいを意味し、すもうでは、負けになるため、縁起のよくないものとして4つ足の動物がいれないといわれます。今日は鍋ではなく、うどんをいれたちゃんこ料理です。</p> </td> </tr> </table>	ちゃんこうどんについて	22日(水)	<p>ちゃんこ料理は、すもう部屋で力士(ちゃんこ)が作る手料理の1つです。ちゃんこ鍋が有名です。野菜や肉、魚などを煮込んだ料理です。しっかり煮込むので食中毒の心配がないことと、力士たちが鍋を囲んで食べるので連帯感が生まれることで、ちゃんこ鍋は食べられてきました。しかし、ちゃんこ鍋に入れない食材があります。それは、豚肉や牛肉などの4本足の動物です。よつんばいを意味し、すもうでは、負けになるため、縁起のよくないものとして4つ足の動物がいれないといわれます。今日は鍋ではなく、うどんをいれたちゃんこ料理です。</p>	
ちゃんこうどんについて	22日(水)					
<p>ちゃんこ料理は、すもう部屋で力士(ちゃんこ)が作る手料理の1つです。ちゃんこ鍋が有名です。野菜や肉、魚などを煮込んだ料理です。しっかり煮込むので食中毒の心配がないことと、力士たちが鍋を囲んで食べるので連帯感が生まれることで、ちゃんこ鍋は食べられてきました。しかし、ちゃんこ鍋に入れない食材があります。それは、豚肉や牛肉などの4本足の動物です。よつんばいを意味し、すもうでは、負けになるため、縁起のよくないものとして4つ足の動物がいれないといわれます。今日は鍋ではなく、うどんをいれたちゃんこ料理です。</p>						
<p>23日 木曜日</p>		<table border="1"> <tr> <th>キムチについて</th> <th>23日(木)</th> </tr> <tr> <td colspan="2"> <p>キムチは朝鮮半島につたわる漬物です。キムチは白菜などの野菜、塩、とうがらし、魚介塩から、ニンニクなどを使用した漬物です。キムチは各家庭により味付けもさまざまです。辛いキムチもあれば、辛くないものもあります。白菜キムチの他、きゅうりのオイキムチ、大根をいれたカクテキなど使う材料もさまざまです。キムチは各家庭のおふくろの味なのでしょう。</p> </td> </tr> </table>	キムチについて	23日(木)	<p>キムチは朝鮮半島につたわる漬物です。キムチは白菜などの野菜、塩、とうがらし、魚介塩から、ニンニクなどを使用した漬物です。キムチは各家庭により味付けもさまざまです。辛いキムチもあれば、辛くないものもあります。白菜キムチの他、きゅうりのオイキムチ、大根をいれたカクテキなど使う材料もさまざまです。キムチは各家庭のおふくろの味なのでしょう。</p>	
キムチについて	23日(木)					
<p>キムチは朝鮮半島につたわる漬物です。キムチは白菜などの野菜、塩、とうがらし、魚介塩から、ニンニクなどを使用した漬物です。キムチは各家庭により味付けもさまざまです。辛いキムチもあれば、辛くないものもあります。白菜キムチの他、きゅうりのオイキムチ、大根をいれたカクテキなど使う材料もさまざまです。キムチは各家庭のおふくろの味なのでしょう。</p>						
<p>24日 金曜日</p>		<table border="1"> <tr> <th>学校給食記念週間について</th> <th>24日(金)</th> </tr> <tr> <td colspan="2"> <p>1月24日から30日は学校給食週間です。学校給食は明治22年、山形県の小学校で貧困により弁当を持参できない子供たちに対し、屋食を提供したのがはじまりです。始まったころの給食は栄養補給が第1の目的でしたが、現在はそれに加えて人間関係づくりやマナーを身に付ける、食文化を知るなど役割があります。給食の内容や役割は変わってきましたが、「おいしい給食をたべてもらいたい」という思いはずっと同じです。この機会に自分自身の健康を守る食事について考え、給食にたずさわる人たちへ感謝の気持ちをあらわせるといいですね。</p> </td> </tr> </table>	学校給食記念週間について	24日(金)	<p>1月24日から30日は学校給食週間です。学校給食は明治22年、山形県の小学校で貧困により弁当を持参できない子供たちに対し、屋食を提供したのがはじまりです。始まったころの給食は栄養補給が第1の目的でしたが、現在はそれに加えて人間関係づくりやマナーを身に付ける、食文化を知るなど役割があります。給食の内容や役割は変わってきましたが、「おいしい給食をたべてもらいたい」という思いはずっと同じです。この機会に自分自身の健康を守る食事について考え、給食にたずさわる人たちへ感謝の気持ちをあらわせるといいですね。</p>	
学校給食記念週間について	24日(金)					
<p>1月24日から30日は学校給食週間です。学校給食は明治22年、山形県の小学校で貧困により弁当を持参できない子供たちに対し、屋食を提供したのがはじまりです。始まったころの給食は栄養補給が第1の目的でしたが、現在はそれに加えて人間関係づくりやマナーを身に付ける、食文化を知るなど役割があります。給食の内容や役割は変わってきましたが、「おいしい給食をたべてもらいたい」という思いはずっと同じです。この機会に自分自身の健康を守る食事について考え、給食にたずさわる人たちへ感謝の気持ちをあらわせるといいですね。</p>						