

# 給食だより



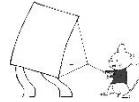
新座市立栗原小学校

あけましておめでとうございます。1月はお正月をはじめ、多くの年中行事があります。年中行事には、昔から地域や家庭の伝わり続けている、行事の際に特別に食べる行事食があります。

## 全国学校給食週間です

1月24日から30日は全国学校給食週間です。みなさんの体と心の成長を支えている給食について考えてみましょう。

栗原小学校では、25日(土)から29日(水)にリクエスト献立、30日(木)にセレクト給食を実施します。パン・めん・ご飯、それぞれどの献立が選ばれたのか、楽しみにしててください。



## 世界の料理 ギリシャ編



ヤーサス  
(こんにちは!)

ギリシャの料理は、スペインやイタリア、モロッコなどの国々の料理とともに「地中海食」と呼ばれています。

「地中海食」とは、チーズやヨーグルトとオリーブ・季節の野菜と果物や穀物など植物性の食品は毎日、魚介類・とり肉卵・おかし類は週に数回、とり肉以外の肉は月に数回食べる健康的な食べ方です。

また、地中海沿岸の地域では大勢の人が一緒にテーブルを囲んで食事を楽しみます。そうしたくつろいだ食事のスタイルも評価され、「地中海食」は2010年にユネスコの無形文化遺産に登録されました。

今月15日(水)には、ギリシャを代表する料理、ムサカがでます。じゃがいも・ひき肉・なす・ホワイトソースを重ねて焼いたオープン料理です。楽しみにしててください。



## 《12月の主な給食食材産地》

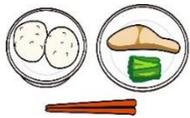
新座市では定期的に給食食材を放射性物質検査に出し、結果を公表しております。詳しくは市や学校のホームページをご覧ください。

| 食材   | 産地        | 食材    | 産地    | 食材      | 産地     |
|------|-----------|-------|-------|---------|--------|
| ごはん  | 埼玉        | さつまいも | 千葉    | たけのこ    | 福岡他    |
| パン・麺 | 埼玉・アムル・カガ | さといも  | 新座市   | さば      | ノルウェー  |
| 牛乳   | 埼玉        | 小ねぎ   | 福岡    | えび      | インド他   |
| 豚肉   | 茨城        | チンゲン菜 | 茨城    | ちりめんじゃこ | 愛知     |
| 鶏肉   | 岩手        | 緑豆もやし | 栃木    | ほたて貝柱   | 青森     |
| 鶏卵   | 青森        | セロリ   | 静岡    | いか      | ペルー・チリ |
| にんにく | 青森・高知     | パセリ   | 千葉・静岡 | たらこ     | アメリカ   |
| しょうが | 高知        | じゃがいも | 北海道   | メルルーサ   | カナダ    |
| 人参   | 埼玉・東京     | かぼちゃ  | 鹿児島   | いちご     | 栃木     |
| 大根   | 千葉        | ミニトマト | 熊本    | りんご缶    | 青森他    |
| 長ねぎ  | 栃木        | 白菜    | 新座市   | パイン缶    | 沖縄     |
| キャベツ | 愛知        | にら    | 高知    | 黄桃缶     | 山形     |
| 玉ねぎ  | 北海道       | 赤ピーマン | 宮城    | ゆず      | 毛呂山・越生 |
| 小松菜  | 埼玉        | 黄ピーマン | 宮城    | 夢オレンジ   | 愛媛・高知  |
| ごぼう  | 青森        | しいたけ  | 岩手    | みかん     | 和歌山    |
| きゅうり | 宮崎        |       |       |         |        |

12/2(月)～12/20(金)に使われた食材です。

### 給食のはじまり

明治22年

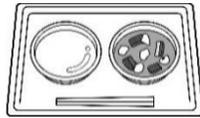


献立

おにぎり  
焼き魚  
つけもの

### 戦後初の学校給食再開 米飯の導入

昭和21年



昭和51年



この年の4月から正式に米飯が給食に導入されました。

## そうに お雑煮を知ろう

みなさんはお正月にどのようなお雑煮を食べていますか。お雑煮は地域や家庭によって様々な種類があります。自分の食べているお雑煮を調べて、周りの人たちと話をするといいいろいろなことがわかり、面白いかもしれません。



おもに東日本

おもちは焼いた角もち、しょうゆで味付けしたすまし汁です。とり肉、野菜、かまぼこなどを入れます。



おもに西日本

おもちは焼かない丸もち、白みそ仕立てです。里芋や金時にんじんなどを入れます。

