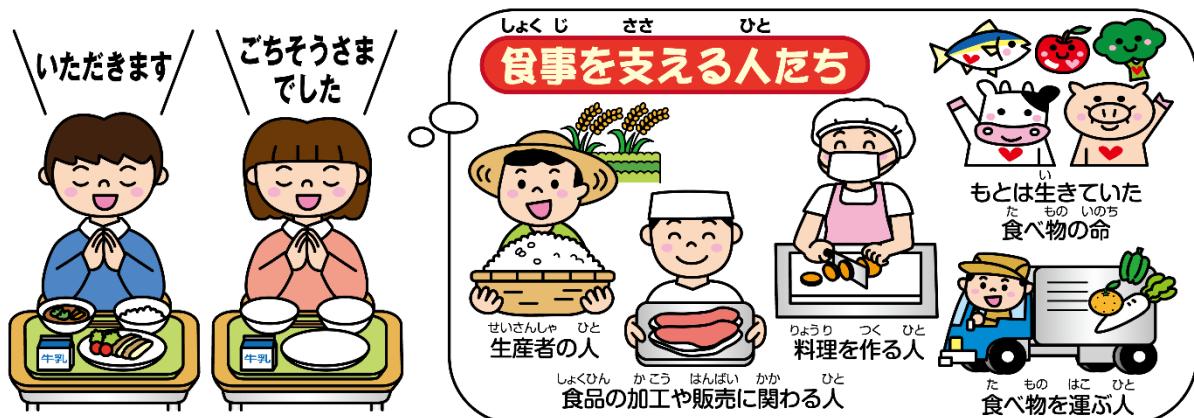


11月 給食だより

R7年度 甲斐市立玉幡小学校 給食室
今年の十三夜は、11月2日です。十五夜だけにお供えをするのは、「片見月」と呼ばれ、縁起が悪いこととされています。ぜひ、十三夜には、月を見て、秋の実りに感謝しながらお団子を食べてみましょう。

実りの秋 食べ物を大切にいただきましょう

校庭の木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔から日本人にとって重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えています。食べることは、たくさんの人の勤労に支えられていることを忘れずに、日々の食事を大切にいただきましょう。



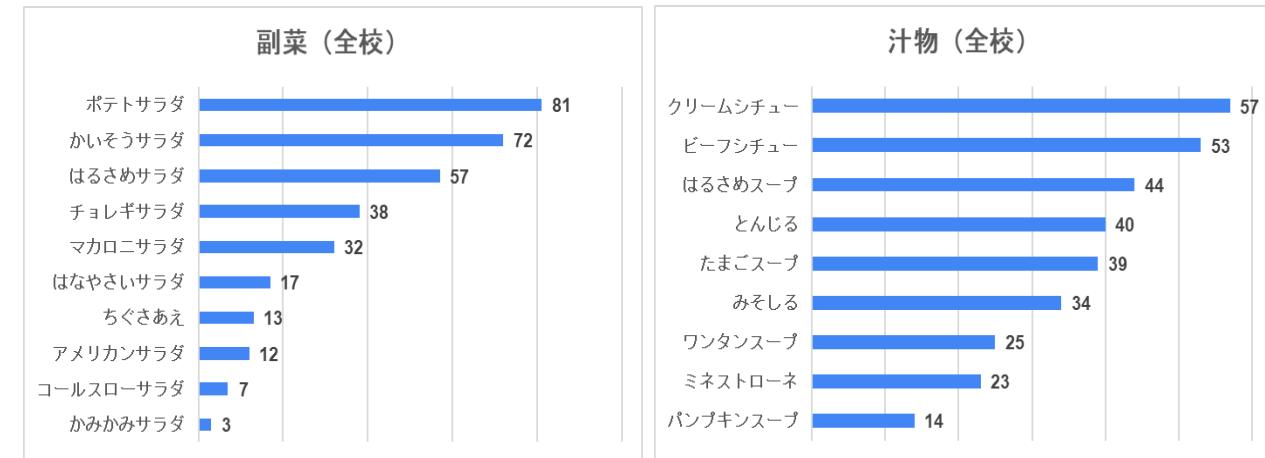
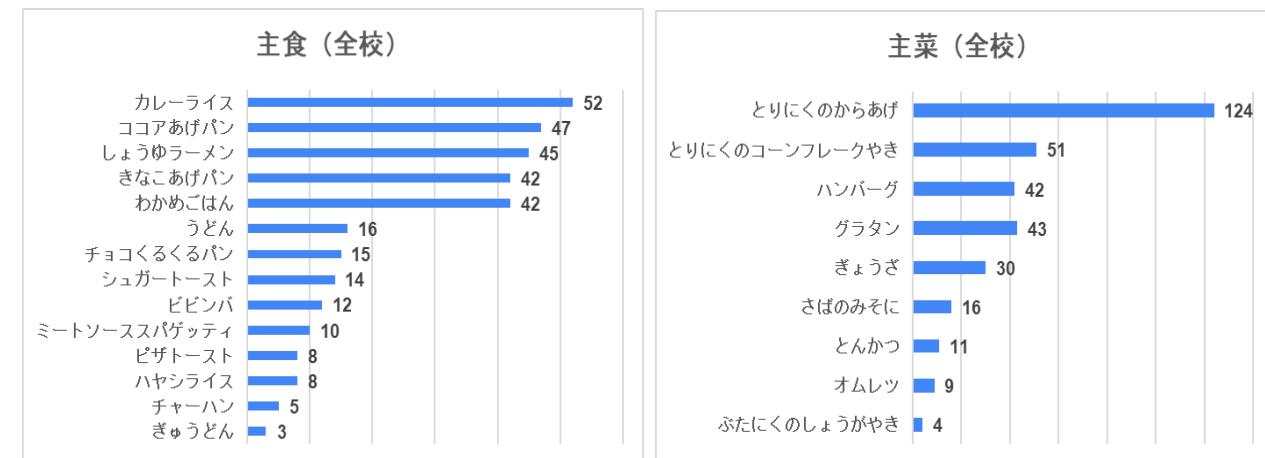
11月15日 子どもの成長を祝う七五三

七五三は、3歳・5歳・7歳の年に晴れ着姿で神社や寺院にお参りし、子どもの健やかな成長を祝う行事です。七五三には、千歳飴や赤飯などの行事食を食べる文化があります。



リクエスト給食

今年度も、全校一斉にリクエスト給食アンケートを実施しました。アンケート結果をもとに、11月から3月の給食に、学年ごとに人気の献立を組み込んでいきたいと思います。以下に、全校児童の結果の概要を示します。



郷土料理クイズ

お米料理編

富山県

秋田県

ヒント ごはんを棒に巻きつけて作るよ！

北海道

ヒント 混ぜ合わせて食べるおすしだよ！

岡山県

千葉県

三重県

ヒント 鶏ガラスープをかけて食べるよ！

鹿児島県

大阪府

自分の地域に伝わるお米料理を書いてみよう！

箱すし・きりたんぽ・てこねずし・ばらずし
太巻きすし・鶏飯・ますずし・いかめし

こたえ

郷土料理クイズ

次の8つの地域に伝わるお米を使つた郷土料理の名前を、下から選んで書き入れてみましょう。

日本全国味めぐりツアー

青森県

青森県は、ごぼうの生産量が日本一です。ごぼうの旬は、秋から冬です。同じく全国一位の生産量を誇る、長いもの輪作作物として栽培されています。

青森県では、約50種類もの品種のりんごが栽培されています。青森県で生まれた代表的な品種には、「ふじ」「トキ」「陸奥」「つがる」などがあります。



せんべい汁は、肉や野菜を入れた汁に、南部せんべいを割り入れて煮込む八戸地方の郷土料理です。汁物用に開発されたせんべいは、煮込んで溶けにくく、もちもちとした食感になります。

青のりポテトビーンズ



【材料】4人分

じゃがいも

水煮大豆

かたくり粉

揚げ油

青のり

4個

100g程度

適量

適量

小さじ1

小さじ1/2

「青のりポテトビーンズの作り方を教えてください！」とのリクエストがあったので、今月号に掲載します。

【作り方】

- じゃがいもは、皮をむいて一口大に切り、水にさらす。
- じゃがいもの水気をしっかり切り、160°Cの油で素揚げする。(約5分)
- 水煮大豆の水気をきり、片栗粉をまぶす。
- 170°Cの油で大豆をカリッと揚げる。(約2分)
- 揚げたじゃがいもと、大豆に、塩と青のりをまぶす。

※揚げ物は必ずおうちの人と一緒にやろう！