



# 全国学校給食週間

# 1月こんだてひょう

R8 舞鶴市立新舞鶴小学校

1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」として、全国で給食にかかわる様々な取り組みが行われます。

新舞鶴小学校では1月26日から30日までを給食週間とします。毎日の給食や家での食事について振り返り、食事と健康との関わりや栄養について学習します。食事を作ってくださる人の努力や苦勞を知り、感謝する心、食べ物の大切さについて考えましょう。ご家庭でも家族の子どもの頃の給食や食事について話題にしていいただき、食への関心を深める機会にしていいただければと思います。

## 地産地消

- ・ハマチ
- ・サゴシ
- ・舞鶴わかめ
- ・佐波賀大根
- ・舞鶴抹茶



<佐波賀大根>  
舞鶴の佐波賀地域で栽培されていた大根です。生産者が減ってしまいましたが、近年、佐波賀大根の美味しさに注目が集まり栽培復活の取り組みがなされています。



12日(月) <b>成人の日</b> 栄養満点 冬野菜！ 	13(火) ごもく 五目チャーハン やぎょうざ 焼き餃子 はるさめ 春雨スープ 	14(水) ことう 黒糖パン チリコンカン みずな 水菜のスープ 	15(木) むぎ 麦ごはん・ふりかけ ちくぜんに 筑前煮 み 実だくさんのみそ汁 しる 	16(金) ショガーあげパン ほうれん草 卵スープ 
		6年白糸中学校体験	<筑前煮> 福岡県の代表的な郷土料理。福岡県では「かめ煮」と呼ばれています。炒り鳥や筑前煮、筑前炊きとも呼ばれています。鶏肉、にんじん、ごぼう、こんにゃく、れんこん、ちくわが入っています。	<ショガーあげパン> 昭和27年頃の、むかしの揚げパンです。給食が始まった頃は食料もなく、今のようないろいろな献立もでてこなかったため、砂糖のついた甘い揚げパンは、衝撃的なおいしさだったようです。
19日(月) ごはん かいべん 海軍さんの肉じゃが にもの ひじきの煮物 	20(火) ウズベキスタン風ピラフ コーンサラダ ふう ガロフ風スープ 	21(水) ぜんりゅうふん 全粒粉パン ポトフ まいづる まつちや やさい 舞鶴抹茶の野菜チップス 	22(木) むぎ 麦ごはん ふゆやさい 冬野菜マーボー きりぼしだいこん 切干大根のナムル 	23(金) こがた 小型パン・いちごジャム まいづる 舞鶴わかめうどん やさい いた 野菜炒め 
	<ウズベキスタン> 舞鶴とウズベキスタンを繋げたのは、「海外引揚の縁」でした。オリンピックでは、レスリングや柔道の事前キャンプ地として交流し、オリンピック後もスポーツ・文化などの様々な分野で交流を続けています。	<b>舞鶴抹茶</b> 舞鶴で栽培されたお茶を「舞鶴抹茶」として商品化した抹茶を使用しています。 		<舞鶴わかめ> 天然のわかめは3月～5月にかけて旬をむかえます。この時期に舞鶴の海で育ったわかめを手切りで収穫します。わかめのぬめりは水溶性の食物せんいで、他の食べ物の塩分と結びついて体の外に出したり、おなかの調子を整えたりする働きがあります。
26日(月) かいほ 海保カレー キーマドライカレー ごぼうサラダ 	27(火) きょうだ 京田ごはん だいず にぼし 大豆と煮干と さつまいもの揚げ煮 さばかだいこん 佐波賀大根のみそ汁 	28(水) バターパン サゴシの まつちや 抹茶マヨネーズ焼き ABCスープ 	29(木) かいじ 海自カレー チキンカレー やさい トッピング野菜 	30(金) パン ハマチの フィッシュバーガー ふゆやさい 冬野菜スープ 
<キーマドライカレー> 海上保安庁の船で食べられているカレーのレシピを給食用にアレンジしています。いろいろな香辛料や、豆の入ったカレーです。海上の勤務が終わり入港するときにカレーを作るそうです。	<京田ごはん> 西舞鶴の京田地域に伝わる郷土料理です。昭和の初め、京田の人たちが山鳥を捕り、その鳥でごはんを作って食べる時に、山鳥だけでは量が少なかったため豆腐を炒って加え量を増やしたのが始まりだそうです。	<サゴシの抹茶マヨネーズ焼き> 舞鶴抹茶をマヨネーズにまぜています。 <b>地産地消</b> 舞鶴の魚 ・サゴシ 舞鶴抹茶 	<チキンカレー> 海上自衛隊の船で食べられているカレーです。金曜日はカレーというのが有名ですね。鶏肉に香辛料をつけてオーブンで焼くそうですが、給食では鶏肉を炒める時に、香辛料をふりかけて作ります。	出世魚 ハマチ 