



全国学校給食 週間

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労を知り、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ただき、食への関心を深める機会にしていただければと思います。

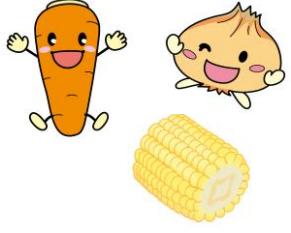
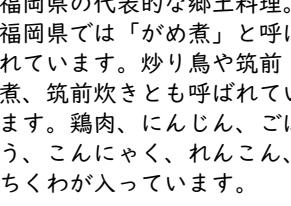
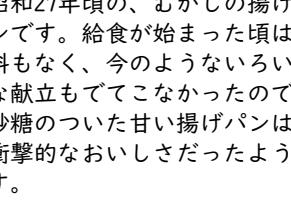
地産地消

- ・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。生産者が減ってきましたが、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)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
成人の日 栄養満点 冬野菜！	五目チャーハン 焼き餃子 春雨スープ	黒糖パン チリコンカン 水菜のスープ	麦ごはん・ふりかけ 筑前煮 実だくさんのみそ汁	シュガー揚げパン ほうれん草のソテー 卵スープ
				
ごはん 海軍さんの肉じゃが ひじきの煮物 <海軍さんの肉じゃが> 明治時代、東郷平八郎がイギリスで食べたビーフシチューの味が忘れられずにつくらせたのが「肉じゃが」の始まりと言われています。そのころ日本にはワインやバターなどはなく、しょう油と砂糖で味付けしました。舞鶴にある旧海軍の料理教科書に載っています。	ウズベキスタン風ピラフ コーンサラダ ガロフ風スープ <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。	全粒粉パン ポトフ 舞鶴抹茶の野菜チップス 舞鶴抹茶 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。	麦ごはん 冬野菜マーボー 切干大根のナムル 	小型パン・いちごジャム 舞鶴わかめうどん 野菜炒め <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あります。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。
海保カレー キーマドライカレー ごぼうサラダ <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 大豆と煮干し さつまいもの揚げ煮 佐波賀大根のみそ汁 <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つて食べるときに、山鳥だけでは量が少なかったので豆腐を炒つて加え量を増やしたのが始まりだそうです。	バターパン サゴシの抹茶マヨネーズ焼き A B C スープ <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。	海自カレー チキンカレー トッピング野菜 <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のですが、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。	パン ハマチのフィッシュバーガー 冬野菜スープ 