

# 給食室から

## 〈 12月の行事食：冬至 〉

- ほうとう
- 白菜のピリピリ
- くるみ入りシュガーケーキ
- 牛乳



12月22日は「冬至」でした。冬至とは、1年で昼が最も短く、夜が長い日の事です。冬至には、寒い冬を健康に過ごせることを願い、「かぼちゃ」を食べる風習があります。夏が旬のかぼちゃですが、長期保存することができます。昔は冬になると収穫できる野菜が少なかったため、冬まで保存できるかぼちゃは大切な野菜でした。給食では、かぼちゃを入れた「ほうとう」を作りました。

## 〈 郷土料理 〉

- ごはん
- いかの七味焼き
- 干草あえ
- だご汁（熊本県）
- 牛乳

干草あえは、数種類の野菜と油あげ、卵等を甘酢のタレにからめました。



「だご」とは、熊本弁で「だんご」という意味だそうです。「だご汁」は小麦粉で作った団子を入れた汁のことで、里芋やごぼうなどの野菜を入れた汁物です。地域や家庭によって具材や作り方が違います。給食では醤油仕立てで作りました。

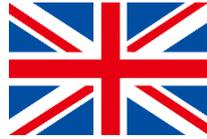
揚げた魚に、にんにく、しょうが、ねぎで作ったみそ味のタレをかけました。

- ごはん
- 揚げ魚の辛みソースかけ
- 野菜の塩もみ風
- いもこ汁（山形県）
- 牛乳



いもこ汁の具材は、里芋、牛肉、こんにゃく、ねぎ等ですが、地域や家庭によって具材や味付けが違います。かつては、棒ダラを使っていたようですが、昭和の初め頃から肉を使うようになったそうです。給食では、豚肉を使用しました。

## 〈 外国の料理 〉



- 黒砂糖パン
- シェパーズパイ (イギリス)
- キャベツスープ
- はやか
- 牛乳

マッシュポテトをパイ皮に見立てて作った料理で、ミートソースの上にマッシュポテトをのせてオーブンで焼きました。



- 回鍋肉丼 (中国)
- もやしサラダ
- 中華風コーンスープ
- 牛乳

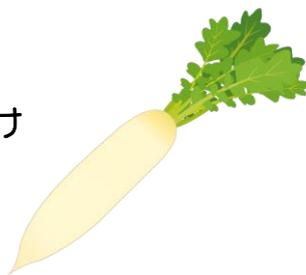


- 魚の照り焼きバーガー
- 卵入り野菜サラダ
- ポトフ (フランス)
- 牛乳



## 〈 旬の食材 〉

- ごはん
- 焼きさばみぞれかけ
- もやしの甘酢あえ
- 田舎汁
- 牛乳



- チキンカレーライス
- キャロットソースサラダ
- パインカクテル
- 牛乳

