



2020年
(令和2年)
1月
長尾小学校

あたら とし むか がつ とし はじ しょうがつ はじ ななくさ かがみびら こしょうがつ
 新しい年を迎えました。1月は年の初めです。お正月に始まり、七草、鏡開き、小正月
 など、1年間を健康に暮らせるようにとの願いを込めた行事がたくさん行われます。ご
 家庭でも行事や行事食について、話をしてみてください。

給食について考えよう

～全国学校給食週間～



24日から31日は「全国学校給食週間」(枚方市では17日から27日実施)です。この期間を通し、あらためて食べ物の大切さや作る人の思いを知り、感謝の気持ちをもって食事をすることができると良いですね。今年のテーマは“「国語の教科書」を給食で味わおう”です。教科書に出てくる食べものをイメージして給食に出します。

<p>五年 「大造じいさんとカン」 舞台となる鹿児島県の郷土料理です。とり肉が入ったみそ汁です。</p> <p>【さつまい 二三日】</p>	<p>三年 「すがたをかえる大豆」 大豆をすりつぶした「ご」と大豆が変身してできたうすあげ、みそ、しょうゆが入っています。</p> <p>【呉汁 二〇日】</p>	<p>一年 「だってだってのおばあさん」 五さいのおばあさんが川でつかまえた魚で作った料理をイメージしました。</p> <p>【わかさぎの南蛮漬 二七日】</p>
<p>六年 「カレーライス」 お父さん特製のカレーライスが出てきます。給食の特製カレーはルウから手作りして煮込んでいます。</p> <p>【ビーフカレー 二一日】</p>	<p>四年 「白いぼうし」 ぼうしの中にいたちようちよが夏みかんに変身します。甘夏は夏みかんの仲間です。</p> <p>【甘夏缶 二四日】</p>	<p>二年 「スイミー」 スイミーの兄弟はまぐろに食べられてしまいます。あげたまぐろを、ケチャップ味のたれにからめます。</p> <p>【まぐろのノルウェー風 二二日】</p>

し がつ しょくぶん か 知っていますか 1月の食文化

1月は「睦月」ともいいます。親戚や知人が互いに行き交って「仲睦まじく」する月から名づけられたそうです。1年の初めの月であり、その年を健康に過ごすための願いが込められたいろいろな行事が行われます。

ななくさ 七草



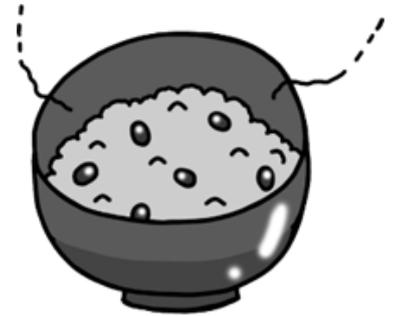
せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな(かぶ)、すずしろ(だいこん)の「春の七草」を刻んだおかゆを食べて1年間の無病息災をお祈りします。

かがみびら 鏡開き



神様にお供えしたもちを下げ、木づちや手で割りほぐし、お汁粉や雑煮にします。とくに鏡もちを食べることを「歯固め」といい、葉が丈夫で長生きできるようにお祈りします。

こしょうがつ 小正月



昔の暦で、1年で最初の満月の日、小豆がゆや小豆飯を食べます。その年の豊作を祈る行事や、お正月の飾りや書き初めを焼く、どんど焼きなどがよく行われます。



さつまい じる さつまい (1月23日(木))

ざいりょう にんじん 材料 (5人分)

とりにく 鶏肉	75g	ひとくちだい 一口大
うすあげ	25g	たんざく
ごぼう	25g	ささがき
にんじん 人参	50g	いちょう
だいこん 大根	100g	いちょう
こんにやく	25g	たんざく
さといも	75g	いちょう
ねぎ	25g	こくち 小口
みそ	おお 大さじ2と1/2	
けず 削り節	13g	
みず 水	500cc	

つく かた 《作り方》

- ①削り節でだしをとる。
- ②こんにやくは塩もみしてゆがいておく。
- ③だし汁をわかし、とり肉を入れる。
- ④ねぎ以外の材料を加えて煮る。
- ⑤野菜がやわらかくなったらみそで味を整え、ねぎを入れて仕上げる。



※給食の量を基準にしていますので、
家庭で調理する時は調整してください。