食育だより

令和4年度

2月

八王子市立元八王子東小学校
発行日：令和5年1月31日
栄養士：関根　夏実

全国学校給食週間がおわりました！

1月24日(火)～30日(月)の全国学校給食週間では八王子の給食の「おいしさのひけつ」や「こだわりポイント」を紹介してきました。5日間の食育メモには、一文字ずつキーワードが書いてありました。五文字集めると「は・ち・お・う・じ」になります。予想しながら取り組みを楽しんでいる様子が見られました。

毎日食育メモをためて並び替えると・・・

「は・ち・お・う・じ」って予想してました！

3日

節分とは、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前の日のことで、季節のかわる節目の日です。現在は立春の前の日だけをいうようになりました。節分には豆まきをします。災いや病気を鬼に見立てて、豆をまくことで追いはらい、福を呼び込みます。「鬼は外、福は内」のかけ声で豆まきをしますが、この時のかけ声は、地域によって違いがあります。

11 和食文化を伝えよう

恵方巻きは、福を巻き込む太巻きを無言で丸かじりして健康を願う風習です。今年の恵方は南南東です。

鬼は、いわしの生臭いにおいと柊が苦手！いわしの頭を柊の枝に刺して玄関に飾り、鬼を追い払います。給食では、いわしをつみれ汁にして食べます。

給食費納入のお願い　～口座の残高のご確認をお願いいたします。

3月分引き落とし日・・・2月6日（月）

今年度最後の引き落としです。よりよい給食運営のため、ご協力をよろしくお願いいたします。

八王子産のゆずを味わいます！

小津町産のゆずを170kg収穫し、八王子市の調理員さんがゆずジャムに加工をしました。ゆずジャムを使ったカップケーキを**2日(木)**にいただきます！

～小津倶楽部の方からメッセージ～

地元で採れたゆずを皆さんに食べてもらえてうれしく思っています。調理員さんが収穫、加工、調理したおいしい給食を山の中のゆずの風景を想像しながら食べてください。ゆずが黄色くなった小津の山々を見に、小津町にもぜひ遊びに来てください。

2022 第4回 八王子こども屋台選手権

愛宕小学校のチーム　グランプリ受賞！

「俺の！八王子塩焼きそば」

10月30日に「第4回 八王子こども屋台選手権」が開催されました。八王子でとれた食材を使ってオリジナルメニューを考えて、屋台で調理・販売するイベントです。グランプリを受賞した料理を、**7日（火）**の給食で再現します！

チーム「俺の！愛宕」のみなさんからメッセージ

みんなが屋台で食べたい物を組み合わせました！普通、屋台ならソース焼きそば！なところをあえて塩焼きそばにし、トッピングにはじゃがバターと八王子ラーメンの特徴である刻みたまねぎをたっぷりのせました！

和み献立
～郷土料理～

山口県の郷土料理

・チキンチキンごぼう・れんこんのいためもの・けんちょう汁

2月9日にたべます！

チキンチキンごぼう

山口県の学校給食から誕生した人気メニューです。鶏肉とごぼうをカラリと揚げ、甘辛のタレをからめます。給食から人気が広まり、郷土料理となりました。

けんちょう

けんちょうは旬のだいこんを、豆腐とにんじんと一緒に煮た冬の家庭的な郷土料理です。給食では、けんちょうをアレンジして汁物にしました。

れんこん

山口県岩国市は、全国有数のれんこん産地です。温暖な気候やきれいで豊富な水など、れんこんの栽培にぴったりな環境がそろっています。