



給食だより



今年は2月3日が「立春」です。立春を過ぎると、暦の上では春ですが、2月はまだまだ寒さの厳しい日が続きます。寒さに負けず、日々元気に過ごすためにも、バランスの良い食事を1日3食きちんと食べ、しっかり運動をして、十分な睡眠をとるよう心がけましょう。

今年の節分は2月2日です！



節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目のことをいいます。もとは立冬や立夏、立秋などの前日も節分といわれていました。節分の日には、邪気をはらう行事が行われます。「豆まき」をしたり、「いわし」の頭を柵の枝に刺して玄関に飾ったりします。

豆まき



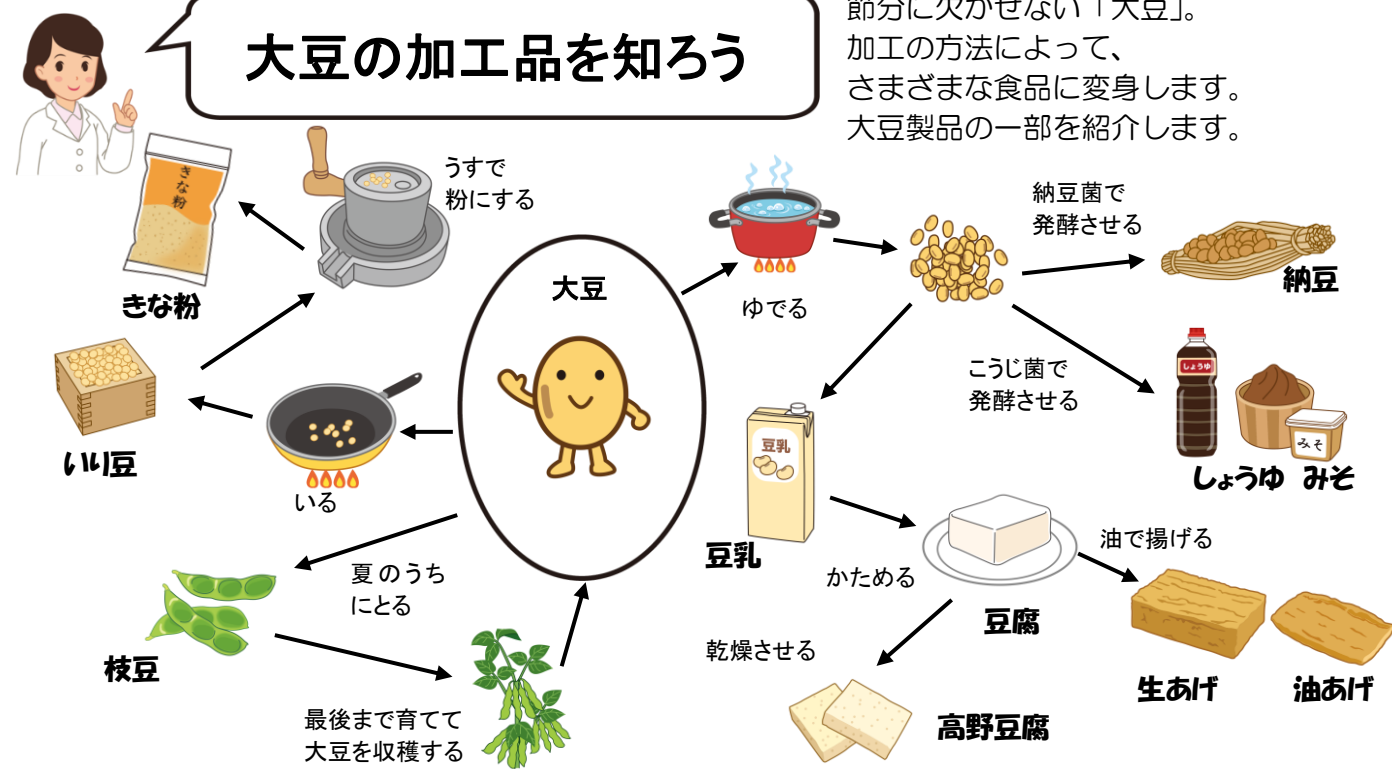
「豆まき」には、「大豆」を使うことが多く、煎ったものを使う。『鬼は外、福は内』と言いながら大豆をまき、災いをもたらすとされる鬼を追い払い、福を呼び込む。家族の健康や幸せへの願いが込められている。また、煎った大豆を自分の年齢の数だけ食べると、1年間健康に過ごせるともいわれる。

いわし



「いわし」の頭を柵の枝に刺し、玄関に飾るのは、鬼を家に入れないようにするための風習。いわしは、焼くと臭いが強くなり、焼きたいわしの頭の臭いで、鬼を近づけないようにし、柵の葉の鋭いトゲで鬼の目を刺し、鬼を追い払うといわれている。

大豆の加工品を知ろう



< 今月の給食 >



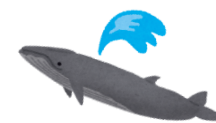
給食センターでは毎月、日本各地の郷土料理や世界の料理、行事食などを提供しています。今月は節分献立、セルビア給食の日、岐阜県の料理、ベトナムの料理を実施します。

4日(火) 節分献立

山口県の郷土料理でもある「鯨の南蛮煮」を提供します。

山口県では、「大きなものを食べて大きく年をとる」「大きなものを食べて邪鬼を払う」との願いを込めて、節分に鯨を食べる風習があります。

山口県は鯨との関わりが古くからあり、現在でも鯨の食文化が根付いています。



14日(金) セルビア給食の日

防府市は東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会において、セルビア共和国のホストタウンとして登録を受けました。食を通じてセルビア共和国を感じられるように、セルビア共和国のナショナルデー(2月15日)に合わせてセルビア料理を提供します。今年は2月15日が土曜日であるため、2月14日(金)に実施します。



17日(月) 岐阜県の料理

岐阜県の郷土料理である、「きんぎょ飯」や「鶏ちゃん」を提供します。

「きんぎょ飯」はにんじんを使った炊き込みご飯で、ご飯の中のにんじんを金魚に例えてこの名がついたそうです。

「鶏ちゃん」は鶏肉と野菜に特製のたれを絡めて炒めた料理です。地域や家庭によって、みそ味やしょうゆ味、塩味など味付けはさまざまです。給食ではみそ味で作ります。



25日(火) ベトナムの料理

フォー、揚げ春巻き、ベトナム風サラダを提供します。

フォーはお米から作られた平たい麺のことで、ベトナムの麺といえばフォーを指すことが多いそうです。

ベトナムでは生春巻きが有名ですが、給食では揚げ春巻きを提供します。

ベトナム風サラダはレモン果汁やアーモンドを使った、いつものサラダとはひと味違った味わいになっています。



◆◆ 地産地消 ◆◆

● 19日(水)

県産 100% 献立

- ・白ご飯
- ・県産味付けのり
- ・県産オムレツのケチャップソースかけ
- ・小松菜のマヨサラダ
- ・豆乳スープ
- ・牛乳

この日は防府市産の米、にんじん、小松菜、山口県産のオムレツ、ローズハム、鶏肉、豆乳、味付けのり、キャベツ、牛乳を使用する予定です。

味付けのりのパッケージは、防府市観光キャラクターの「ぶっちー」のイラスト入りです♪

山口県や防府市のおいしい食材を味わいましょう。

