

# 給食通信

1月27日（月曜日）今日の献立は、

『野沢菜チャーハン 厚揚げの中華炒め

青ねぎ卵スープ 牛乳 小豆のおやき』です。



全国学校給食週間3日目の献立は、流山市と姉妹都市の長野県信濃町にちなんだ献立を二つ取り入れました。信濃町には、野尻湖や黒姫高原があり、小林一茶の生誕地として知られています。長野県といえば野沢菜というくらい、全国でも野沢菜は有名で、今から260年前、長野県の野沢温泉村で作られるようになったのが、野沢菜作りの始まりといわれています。今日はチャーハンに野沢菜の塩漬けを混ぜました。野沢菜の歯ごたえとさっぱりとした風味を味わいましょう。二つ目も長野県の伝統的な郷土料理のひとつ、おやきです。昔、農作業の合間にいろいろの灰の中に入れて、焼いて作っていたのが、おやきの原点といわれています。もちもちとした食感を楽しんで食べましょう。

# 給食通信

1月28日（火曜日）今日の献立は、

『ほうとう じゃがいものそぼろ煮

牛乳 梨のパイ』です。



全国学校給食週間3日目の献立は、山梨県を中心とした地域の郷土料理の一つ、「ほうとう」です。山梨県の山間部では、米作りが難しく、蚕を飼って絹糸を作ることで暮らしていました。蚕のえさとなる桑を作り、その後は麦を作っていました。その収穫した麦でめんを打ち、野菜と一緒に味噌味で煮込んだのが、ほうとうの始まりといわれています。本場のほうとうは、うどんと違って打ったら寝かさず、生のまま野菜や汁と一緒に煮込むので、煮崩れしやすく、汁にとろみがつきますが、崩れためんにも味噌の味が染み込んだものがおいしい、ともいわれます。寒い時季に体が温まる郷土料理です。

デザートは梨のパイは、東部中学校の2年生が考えた「地元の産物を使った給食メニュー」です。ごろっとした梨の食感と、香りの良さを味わいながら食べましょう。

# 給食通信

1月30日（木曜日）今日の献立は、

『黒糖コッペパン チキンのクリームソースかけ

ヒュッツポット キャベツスープ 牛乳 レアチーズ風ムース』です。



全国学校給食週間最終日の献立は流山市と歴史的なつながりがあるオランダの料理を取り入れました。利根運河は、流山市、柏市、野田市の3つの市に接し、利根川と江戸川を結ぶ明治23年にオランダ人の技師によって設計され、開通しました。流山市はオランダとこのようなつながりがあることから、2020年の東京オリンピック・パラリンピックにむけて、オランダを相手国とするホストタウンに登録されました。市内では、今後もオランダに関連した行事が行われます。今日はその一環として、オランダにちなんだ料理を給食に取り入れました。オランダは国土の約30%が海よりも低く、運河や川が多い「水の国」といわれています。オランダといえば風車が有名で、もともとは湧き出る水をくみだし、干拓するために建てられました。この干拓によって、農業や酪農を発展させてきました。酪農がさかんなオランダでは、乳製品を多く消費します。チキンのクリームソースかけは、オリーブオイル入りの下味をつけて焼いた鶏肉に、生クリームをたっぷり使ったソースをかけて、クリーム煮風に仕上げました。ヒュッツポットはオランダの伝統的な冬野菜のつぶし煮で、本場では牛肉の煮込みを一緒に添えます。今日はオランダにちなんだ料理を味わってみましょう。

# 給食通信

1月31日（金曜日）今日の献立は、

『ご飯 ししゃもの磯辺フライ

キャベツのごま和え さつま汁牛乳』です。



今日のご飯が中心の和食の献立です。主菜のフライは、骨ごと食べられる代表的な小魚、ししゃもに青のり入りの衣をつけて揚げています。料理名の「磯辺」とは、のりを使った料理全般や、海などの波打ち際を意味する「磯」でとれた魚介類を使った料理の名前に使われます。カリッと香ばしいししゃもに、青のりの風味が効いたおいしいフライです。骨も丸ごと食べられるししゃもには、強い骨や歯を作るカルシウムもたっぷりと含まれています。

具材がたっぷりに入った汁物は、さつま汁です。「さつま」とはみなさんも知っている通り、現在の鹿児島県を指します。多くは鶏肉と野菜、いも類などを煮込み、みそ味で味付けしたものが多いです。今日で1月も最終日です。寒い季節に体が温まる料理をしっかりと食べて、元気に過ごしましょう。