



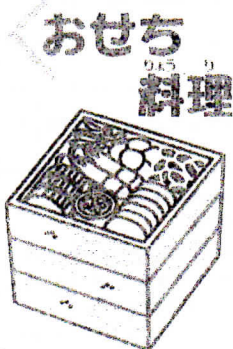
1月給食だより

令和2年1月 8日
練馬区立石神井西中学校

新しい年が始まりました。毎日の食生活を大切にして、この一年も元気で健康に過ごしたいものですね。学校給食においても、より一層衛生面に細心の注意を払い、安全で美味しい給食を提供できるよう取り組んでまいります。本年もよろしくお願いいたします。

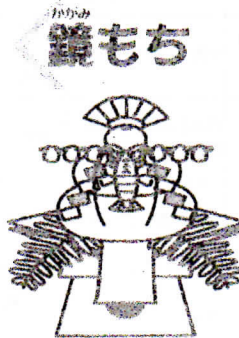


お正月は、新しい1年の幸運や健康、豊作をもたらしてくれる「歳神様」を各家庭でお迎えする年中行事です。お正月に食べるおせち料理やお雑煮は、もともと歳神様へのお供えであり、神様と同じものを共にいただくことで、その力を授かると考えられていました。



おせち料理

新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物を使うのが特徴です。歳神様をお迎えしているときは、煮炊きを慎むとともに、料理を作る人がお正月の3日間くらいは休めるようにと、冷めてもおいしく保存の効く料理が作られます。



鏡もち

昔は、鏡に神様が宿ると考えられていました。その鏡の形に似せて、丸く平らにつくったもちをかさねたのが鏡もちで、歳神様へのお供えにします。家が代々続くように、橙という果実を餅の上へのせ、えびや昆布など縁起の良いものを飾ります。



お雑煮

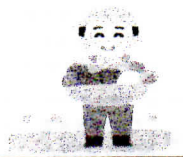
もちの入った汁物で、地域や家庭によって具材も味付けもさまざまです。中部地方を境に、東は四角いもち、西は丸いもちを使うところが多く、あんこ入りのもちを入れる所もあります。



お屠蘇

薬草で作られる「屠蘇散」を酒やみりに浸して作る薬酒。家族の健康を願い、年齢の若い人から順に飲みます。子どもが飲む場合は、アルコールを飛ばしておくといいですね。

12月に使用した主な食材の産地



キャベツ	愛知	にら	茨城	白菜	茨城	みかん	和歌山
人参	北海道	じゃが芋	北海道	セロリー	長野	りんご	静岡
小松菜	埼玉	ごぼう	青森	パセリ	茨城	いちご	静岡
にんにく	青森	大根	千葉	れんこん	茨城		
生姜	長崎	里芋	埼玉	えのき	長野	ししゃも	北海道
ねぎ	埼玉	しめじ	長野	水菜	茨城	ほたて	北海道
たまねぎ	北海道	きゅうり	宮崎	白菜	茨城	いわし	北海道
かぼちゃ	北海道	春菊	千葉				
かぶ	千葉	もやし	栃木				

**1月24日の給食では、東京産のムロアジと明日葉を使う予定です。
地元の東京で作られた食材をぜひ味わってほしいと思います。**