



# 2月 給食だより

宇都宮市立泉が丘中学校

## 日本の食文化を理解しよう～給食週間中の郷土料理を通して～

日本は、四季折々の自然産物を利用し、その土地の風土にふさわしい調理・加工・保存の方法を生み出し、食卓に変化を与えてきました。泉が丘中学校では、改めて日本の食文化の素晴らしさを理解するため、1月22日(木)～1月28日(水)(学校給食週間)に国内外の郷土料理等を給食に取り入れました。

### 全国郷土料理＆ご当地グルメ＆地域学校園統一給食



給食委員さんの放送から、各都道府県の郷土料理の由来や特徴を知ることができました。

1/22 和歌山県



1/23 長野県



郷土料理を食べて、旅行に行つた気分にもなれたかな。

1/26 泉の水の妖精ランチ  
(地域学校園統一)



鶏肉の唐揚げ、春雨サラダ、じゃがいもの味噌汁、いちご

1/27 北海道



エスカロップ、温野菜、ハッシュドポテト

1/28 イタリア



ペンネアラビアータ、白身魚の香草パン粉焼き、パンナコッタ



### ＼泉が丘生徒に聞いた／

#### 給食週間中の人気メニューランキング



1位 泉の水の妖精ランチ



2位 イタリア料理



3位 長野県ご当地グルメ



4位 和歌山県郷土料理



5位 北海道ご当地グルメ



生徒のみなさんからのアンケートによると、泉が丘小の児童が考案した【泉の水の妖精ランチ】が第1位という結果に！！

当日の給食時には、泉が丘小が作成した給食動画も放送されました。小学校で大人気の給食の組み合わせということもあり、残さず食べた人が多かったようです。

人気メニュー第2位のイタリア料理の日は、濃厚トマトソースにからまったペニーネを味わい、思わずボーノ！（うまっ！）と言ってしまう人もいましたね。

長野県のご当地料理のキムタクご飯や、調理員さん手作りのみかんゼリーも、美味しかったという声も聞きました。北海道のエスカロップは、トンカツをデミグラスソースで味わうという、貴重な食体験もできましたね。

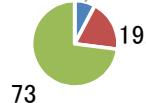
生徒のみなさんに給食週間に中にクイズを行いました。正解は、ゆうがおの実です。

忘れずに覚えておいてくださいね。



【かんぴょうは何の実でしょう？】  
クイズの回答結果割合%

7割程度の  
人が正解  
でした…。



■ あさがおの実 ■ ひるがおの実  
■ ゆうがおの実

### かんぴょうの卵とじ



- 1 かんぴょうをお湯でやわらかくなるまで煮る。1cm幅に切る。  
にんじんは、いちょう切りにする。  
ほうれん草は、2cm幅に切る。  
ねぎは、小口切りにする。  
豆腐は、さいの目切りにする。

- 2 鍋に200mlの水を入れ、沸騰させ、にんじんを入れ、やわらかくなるまで煮る。

- 3 1のかんぴょう、ほうれん草、豆腐、ねぎを加え、煮る。

- 4 和風だし、しょうゆ、溶き卵を入れて、出来上がり。

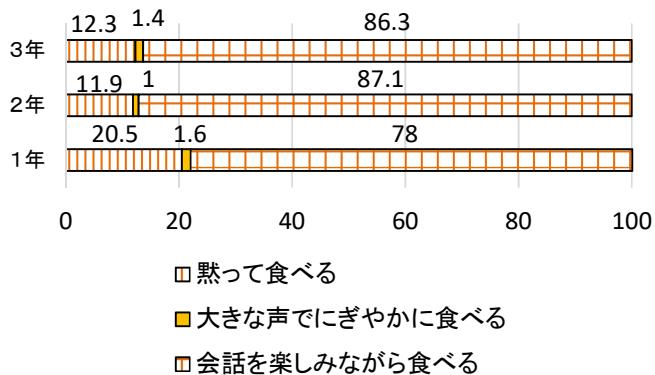
#### 材料 (2人分)

- 水…200ml
- 和風だし…小さじ1
- かんぴょう…10g
- にんじん…30g
- ほうれん草…30g
- ねぎ…50g
- 豆腐…100g
- 卵…1個
- ショウゆ…大さじ1

# 正しい食事マナーは身に付いているかな？

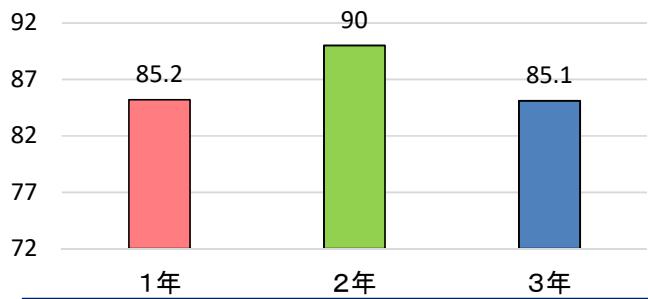
R8.1実施 Googleフォームでのアンケート結果から

## 会食中の正しいマナーはどれでしょう？ 学年別回答割合%



感染症流行期は【黙って食べる】が正解、普段は【会話を楽しみながら食べる】が正解です。大きな声でぎやかに会食するのは、マナーフレーム、衛生面からもよくないことです。

## 会食中の万が一に備え、ハンカチを準備するべきと 思っている人の割合%

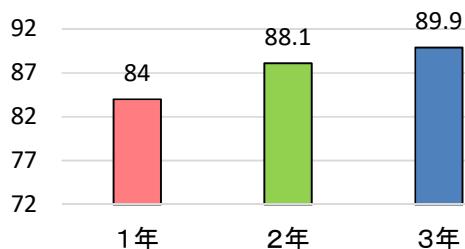


会食中の万が一(くしゃみや咳)には、自分のハンカチで口を押えることが正しいマナーです。9割前後の人気が正解でしたので、普段から身に付けていきましょう。



鬼おろして大根をおろしているところです。  
この調理器具を使うと、野菜の形が残り、おいしく作ることができます。

## しもつかれの材料を知っている生徒割合%

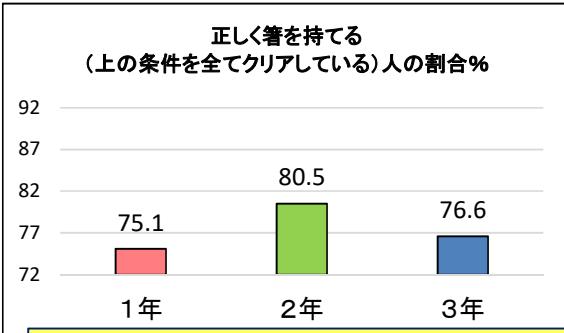


R8.1実施 Googleフォームでのアンケート結果から

1月の給食週間では、給食委員会から食事マナーについて放送を行いました。今後も、正しいマナーについて理解し、行動できる人であってほしいと思います。

## ～正しい箸の持ち方～

- 親指・人差し指・中指の3本で上の箸を持っている。
- 下の箸は一切動いていない。
- 箸先を合わせると、カチカチ音がなる。



正しく箸を持てる人は、2年生が1番多いようです。前回アンケート(R7.9)より、全体的に4%近く数値が上昇しました。練習し、上達したのかな？素晴らしいですね。

## 栃木県の郷土料理

### しもつかれ が給食に出ました！

#### 2月4(水)の給食



「しもつかれ」は、初午(2月最初の午(うま)の日、今年は2月1日に)に、わらを束ねて作った「わらづと」に入れて、赤飯と一緒に稻荷神社に供える栃木県の郷土料理です。昔の人の知恵が詰まった郷土料理を絶やすことなく、次の世代へつないでいきたいですね。

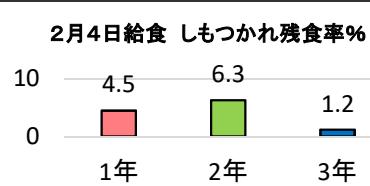


【しもつかれ】が給食に出るのはもはや、定番になってきました。

当団体は、司書の蓮沼先生が準備して下さったしもつかれに関するテレビ放送もあり、郷土料理の由来を知ることもできました。

残食は、全学年少ない状況で、特に3年生の残食がほとんど無し！素晴らしい！！

今後も郷土料理を大切にする気持ちを忘れないようにしていきましょう。



8~9割の人がしもつかれの材料を知っていました。さすがです。  
大根・人参・油揚げ・炒り大豆・鮭・酒かすでありますよ～。  
知らなかった人は、覚えておきましょう。

#### しもつかれの材料

