



令和3年12月

京都市立稲荷小学校

校長 吉山 茂樹

児島 健

きゅうしょくだより

12月の給食目標 「いろいろな国の食べ物を知ろう」

朝晩だけでなく、日中も寒い日が増えてきましたね。12月は、みなさんの楽しみにしている冬休みやクリスマスがあります。ドキドキワクワクの12月。楽しみなこともたくさんですが、2学期の学習のまとめも、頑張ってくださいね。



12月1日(木) スチコンメニュー

焼き開干さんま 切干大根の煮びたし みそ汁

焼き開干さんまは、油で揚げずにスチームコンベクションオーブンを使って、焼き魚にしています。骨がついているので、上手に骨をはずして食べましょう。

12月23日(水) 和(なごみ)献立・地産地消献立

ゆばあんかけどんぶりの具 小松菜とひじきの炒め物 京野菜のみそ汁

ゆばは、豆乳を煮るとできるまくです。昔から京都で食べられてきた食べ物です。「ゆばあんかけどんぶりの具」に使われています。金時にんじんは、「京にんじん」ともいわれています。あざやかな赤色で細長い形をしています。聖護院大根は、左京区の聖護院地区で約200年前から作られています。大きくて丸い形をしていて、やわらかく、煮崩れしにくいのが特徴です。金時にんじんと聖護院大根は、京野菜のみそ汁に使われています。

<旬の野菜を使った献立紹介>

今月は、いろいろな献立に旬の野菜を使って、季節のおいしさを味わえるようにしています。

- ・金時にんじん……京野菜のみそ汁
- ・聖護院だいこん……京野菜のみそ汁
- ・はくさい……春ぎくとはくさいのごま煮、はくさいの吉野煮
- ・白ねぎ……さばのみそ煮
- ・だいこん……だいこんのクリームシチュー、関東煮、だいこん葉のごまいため
- ・春ぎく……春ぎくとはくさいのごま煮
- ・ほうれん草……ほうれん草の煮びたし、ほうれん草のごま煮



<12月に登場するいろいろな国の食べ物を知ろう>

11月30日(火) アメリカ料理 「ポークビーンズ」

給食にもよく登場する「ポークビーンズ」は、アメリカ料理の中で、最も家庭的な料理と言われています。豚肉と豆をトマトなどで煮込んだこの料理は、タンパク質たっぷりで栄養的にも優れています。日本では大豆を使いますが、本場アメリカでは白インゲン豆を使うことが多いそうです。

12月2日(木) ロシア料理 「ビーフストロガノフ」

「ビーフストロガノフ」は、ロシアの煮込み料理の一つです。ストロガノフ伯爵家のコックが考えたといわれています。給食では、牛肉・玉ねぎ・エリンギを手作りのルーでよく煮込み、最後にヨーグルトと生クリームを入れて作っています。

12月7日(火) イタリア料理 「ミネストローネ」

「ミネストローネ」は、たくさんの野菜を使ったトマト味のスープです。イタリアの家庭料理で、中に入れる具材は、家庭によってさまざまです。給食のミネストローネの具は、ベーコン、ミックスビーンズ、玉ねぎ、にんじんを使っています。

12月21日(火)の「ペンネの豆乳グラタン」のペンネも、イタリア料理でよく使われています。

12月17日(木) 中国料理 「麻婆豆腐」

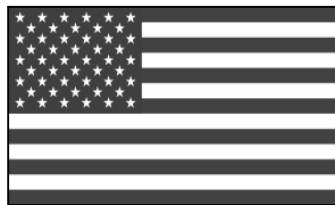
中国の四川省で生まれた豆腐料理の一つです。四川省の料理は、トウガラシや香辛料をきかせた、辛い味付けが特徴です。給食では、ピリッとするトウバンジャンを加え、最後にとろみをつけて仕上げました。

<どこの国の国旗かわかるかな？>

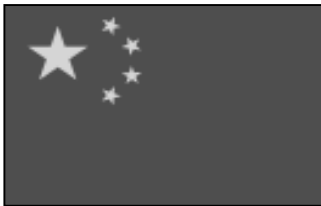
①



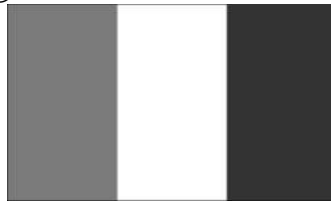
②



③



④



<こたえ> ①イギリス (通称名です。正式名はグレートブリテン及び北アイルランド連合王国です)

② アメリカ合衆国

③ 中華人民共和国

④ イタリア共和国