

# 給食もりもり 元気いっぱい



新宮町立立花小学校 給食だより

平成30年1月



あけましておめでとうございます。どんなお正月しょうがつを過ごしましたか？

今年ことしも安全・安心あんぜん あんしんでおいしい給食きゅうしょくを作つくっていきます。どうぞよろしくお願ねがい致いたします。



## 1月11日は鏡開き

鏡開きとはお正月にお供えしたおもちを下げて、木づちや手で割わって小さくし、おしるこやお雑煮ぞうじにします。お供えしていたおもちを食べることで神様かみさまのパワーを頂いただけると考かんがえられているのです。また、無病息災むびょうそくさいや「菌固めはがた」とって、いつまでも菌はが丈夫じょうぶで長生きながいできますようにと願ねがう意味いみも込められています。

## 1月15日は小正月



古代こだい、日本にほんでは満月まんげつを月つきの初めはじとしました。しかし、中国ちゅうごくから月つきの満ち欠けみかをもとにした暦こよみ（旧暦きゅうれき）が伝つたわると、新月しんげつの日ひが1日ついたちとなりました。しかし、満月まんげつの15日にちを特別な日とくべつひとする考かんがえは広く残りひろのこ、お正月しょうがつも1日ついたちからの「大正月おおしょうがつ」だけでなく、15日にちの「小正月こしょうがつ」も祝いわい、明治めいじに新暦しんれきに変わかっても続つづいています。小正月こしょうがつには作物さくもつの豊作ほうさくを祈いのる行事ぎょうじがおおく、もちや団子だんごで作つくった「もちばな」をかざったり、1年ねんの健康けんこうを願ねがってあずきがゆを食たべることがあります。また、「どんど焼きや」とって、お正月飾りしょうがつかざや古いおふだふるを燃もやしたりします。



たちばなしょうがっこう きゅうしよく

# ★立花小学校のおいしい給食レシピ その⑦★



くろまめ つく かた  
～黒豆ごはんの作り方～

ざいりよう にんぶん  
【材料】(4人分)

・ <sup>こめ</sup> 米	150g
・ <sup>こめ</sup> もち米	150g
・ <sup>かん</sup> (乾) <sup>くろまめ</sup> 黒豆	35g
・ <sup>しお</sup> 塩	3.5g
・ <sup>りょうりしゆ</sup> 料理酒	5g

つく かた  
【作り方】

- ① <sup>こめ</sup>米、<sup>こめ</sup>もち米を洗米し、<sup>せんまい</sup>水に30分くらいつけておく。
- ② <sup>くろまめ</sup>黒豆は下ゆでする。
- ③ すべての<sup>ざいりよう</sup>材料を炊飯器にいれ、<sup>すいはんき</sup>炊く。
- ④ 炊きあがったら15分くらい蒸らして、<sup>た</sup>出来上がり。

がっ にち きゅうしよく じっし しゃしん  
このメニューは1月12日の給食で実施します。写真はぜひホームページでご覧ください！

ぜん こく がっ こう きゅうしよく しゅう かん  
全国学校給食週間と  
**7つの目標!**  
もく ひょう

がっ か にち しゅうかん  
1月24日から30日までの1週間は  
ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん  
「全国学校給食週間」です。



※参考文献 『 建学社 食育フォーラム 』

※給食だよりはホームページにも掲載しておりますので、ぜひご覧ください！