

食に関するたより

H23年
1月31日
京丹後市立
弥栄中学校

給食週間（二部）終わりました

京都府、京丹後市の
「郷土料理
味めぐり」

12月の給食週間（一部）では、給食当番活動をしっかりしよう！
残さず食べよう！などの取組の他に食育学習を行いました。

1月24日～28日の給食週間（二部）では、京都府や京丹後市、また弥栄町の郷土料理を給食で味わいました。更に27日には給食集会を行い、梅本修さん他3名の方に来ていただき、絵本「いのちをいただく」の朗読、「有機栽培とは何か」などの講話をいただきました。「生きもののいのちをいただくことへの感謝の気持ちを持って食べた」という感想を多くの生徒が書いていました。詳しくは次号でお知らせします。今回は郷土料理の様子をお知らせします。



24日『肉じゃが』

家庭でも給食でもよく食べる肉じゃがはいつも通り良く食べました。残量なしでした。

25日『福煮』

……黒豆、大根、人参、こんにゃく、ごぼう、干しいたけ、昆布だしでコトコト汁がなくなるまで煮ました。豆が苦手な人が多く、約4人分残りました。7種類の食材を煮るので七福神になぞらえて「福煮」になったそうです。おせち料理の一つ。年中健やかにマメに暮らせるようにと、豆やたくさんの野菜・昆布（よろこぶ）などを加えて煮込んだ料理です。



26日（水）『赤米ごはん』

15%の赤米を混ぜて炊きました。薄紅色のきれいなごはんが炊きあがりました。「おいしかった」という声がとても多かったですが、ある3年生の男子は、「いつもより甘みがなかった」と鋭い感想も言ってくれました。



『じゃが芋の白和え』

本来の『白和え』は豆腐を生で水分を絞って使いますが、給食では加熱が原則です。白和えのトロツとしたようになりませんでした。じゃが芋が入った白和えははじめてという人がほとんどでした

27日（木）『羅漢和え』

昔から仏事の時に作られた料理で、糸寒天とぜんまい、しいたけ、人参に薄味をつけて煮たものの酢の物です。酢の物が苦手な人が多く「すっぱい！」と残量も多く約6人分残りました。「いのちをいただく」というお話を聞いた後なのに残念でした

28日（金）『丹後寿司』

やはり丹後の郷土料理といえば「丹後寿司」ですね。「まつぶた」に作りしました。みんなおいしくいただきました。中には「エッこれだけ？」とちょっと食べたそうでした。残量はなし

お米と『けんちゃん』の材料は有機農法で栽培された野菜を使用しました。

「郷土料理」の給食を終えて……

どの郷土料理も地域でとれた農産物を利用し、加工したものは一切使わず、煮干や昆布の出し汁に砂糖、しょうゆ、みそ、酢を使った味付けです。肉が大好きな現在っ子にはあまり人気がない料理がほとんどでした。しかし、どの郷土料理にもそれぞれの“いわれ”があり、健康的にも優れた食材を使ったものばかりです。今後も大切に伝えていきたい料理です。作り方は裏面を見て下さい。

