

2月給食だより

令和3年1月27日
港区立高陵中学校

もうすぐ「立春」、暦の上では春を迎えようとしています。まだまだ寒い日が続きます。冬は空気が乾燥しているため、体内の水分が失われやすくなります。また、のどの乾燥が風邪の原因になることもあります。寒いとあまり意識することはないかもしれませんが、のどが渇いていなくてもこまめな水分補給を心がけることが大切です。冷たい飲み物だと体が冷えてしまうので、温かいお茶や白湯がおすすめです。

給食で高級食材を味わおう！



東京都八丈島産メダイ

1月14日(木)「メダイのメンチカツ」

八丈島では島寿司のネタとしてよく使われますが、「焼く・煮る・揚げる」など、どんな料理にも使えらるとてもおいしい魚です。

メダイのメンチカツは、「臭みもなく、しっとりとしていておいしい」と、とても好評でした。



宮城県産黒毛和牛 A5 ランク

1月15日(金)「和牛ビーフカレーライス」

2月4日(木)「和牛すき焼き風煮」

2月19日(金)「和牛ビーフシチュー」

A5ランクの仙台牛を使用します。ビーフカレーとビーフシチューにはすね肉、すき焼きには、ランプ肉を使用します。それぞれ、24kgを納品していただきます。大変貴重な機会です。よく味わって食べましょう！



愛媛県産養殖真鯛

2月9日(火)「真鯛の野菜あんかけ」

愛媛県は真鯛の養殖業の全国第一位です。日本では、真鯛は「めでたい」縁起の良い魚として昔からお祝い事には欠かせない魚です。



宮城県産養殖うなぎ

2月18日(木)「うなぎちらし」

ハーブ入りえさを使用し、魚特有のくさみを低減して養殖されたうなぎの蒲焼きが納品されます。学校の給食室でさらに特製だれを蒲焼きにかけて、香ばしくふっくらと焼きます。

農林水産物販売促進緊急事業(農林水産省)とは・

新型コロナウイルス感染症の拡大の影響で、出荷量の減少や在庫の滞留等、深刻な影響を受けた水産業・食肉産業等へ支援する事業のことです。事業の一環として、学校給食に魚や和牛肉が無償で提供されたり、補助金が支給されたりします。

♪給食の様子♪

1月15日に提供した「和牛ビーフカレーライス」です。すね肉は、筋が多くて固いですが、煮込むと柔らかくなり、うま味成分がよく出るのが特徴です。納品されたらすぐに煮込み始めました。ごろごろと入った和牛肉は、ほろほろと、とてもやわらかく仕上がりました。「お肉がやわらかくて、とてもおいしい！」と生徒・教員ともに大好評でした！



♪2月の献立♪



日本の味めぐりとして、岡山県の「たこ飯」や「きび団子」、世界の味めぐりとしてオーストラリアの「チキンバルマ」などを出します。

2月2日は、節分の行事食として、「いわしの蒲焼き丼」や「大豆の甘辛揚げ」、鬼形のかまぼこが入ったすまし汁を出します。2021年の節分は37年ぶりに日付が変わり、2月2日が節分となります。(2月2日になるのは、124年ぶり)

節分と大豆のおはなし



節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。



節分といえば、「豆まき」です。豆まきに使うのは、炒った大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼＝邪気をはらい、自分の年の数(または年の数+1粒)の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。



ヒイラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒイラギイワシともいいます。ヒイラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。豆がら(大豆を取った後の枝)を添えることもあります。