




今月の
目標

- 小 協力して準備をしたり、会話を工夫したりして、楽しく食事ができる。
- 中 楽しい食事を通して、人間関係をより良くしようとする。



節分は、立春・立夏・立秋・立冬の前日のことですが、現在では、立春の前日だけをさすことが多いです。昔の人は、冬から春へと変わる立春を新しい1年の始まりと考え、お正月と同じように大切にしていました。その前日となる節分は、大晦日のような位置付けで、1年の無事や幸福を祈る行事や行事食が伝わっています。

 <h2>イワシ</h2> <p>イワシを焼くにおいで鬼を追い払います。イワシの頭はヒイラギの枝に差して玄関に飾り、厄除けに使います。</p>	 <h2>大豆</h2> <p>炒った豆をまいて鬼を追い払い、年齢の数だけ豆を食べて1年の幸福を願います。</p>	 <h2>恵方巻き</h2> <p>太巻きずしを切らずに、その年の縁起の良い方角（恵方＝今年は東北東）を向いて食べるというもので、関西地方の一部地域の風習が全国に広まりました。</p> 
 <h2>そば</h2> <p>年越しそばと同じように、新年への願いを込めてそばを食べる風習があります。</p>	 <h2>こんにゃく</h2> <p>体の中にたまった砂（不要なもの）を出す「砂おろし」として、こんにゃく料理を食べる地域もあります。</p>	

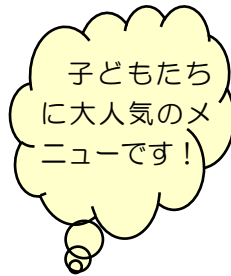


作ってみませんか？～バンサンスー～



【分量（4人分）】

ロースハム	2～3枚	
緑豆春雨	40g	
きゅうり	1本	
A {	薄口しょうゆ	大さじ1強
	酢	小さじ2
	砂糖	大さじ1/2
	塩	少々
	ごま油	小さじ1
ごま	小さじ1	



【作り方】

- ① 緑豆春雨は3～4分ゆでて、水洗いし、ザルに入れて水気をきる。
 - ② ロースハムは短冊切り、きゅうりは千切りにする。
 - ③ Aの調味料を合わせ、①と水気をしぼったきゅうり、ロースハム、ごまを混ぜ合わせる。
- ※ 給食では、ロースハム・きゅうりは蒸します。
 ※ もやし、にんじんを入れても美味しいです。
 ※ お弁当に入れる場合は、ハムは加熱して使しましょう。



えいよう
とうおん栄養レンジャーが かみばやしちく
にあるれんこん畑へ、れんこんの収穫に行っ
てきました！



東温市の給食を知ろう！食べよう！

れんこんを収穫してきたよ～！！



9月のれんこん畑

かみばやしちくにあるれんこん畑へ、れんこんの収穫に行きました。れんこんを栽培している山内さんは、機械などは使わず、手作業でれんこんを収穫しています。

土の中に隠れているれんこんを
検索！冷たい！！



寒さが厳しい日には氷が張るれんこん畑。この冷たさが、美味しいれんこんには必要です。山内さんが栽培するれんこんは、甘みがあり、皮ごと美味しく食べることができます。



12月のれんこん畑



20cmくらい掘ると、れんこんが現れます。ここから、さらに折らないように掘り続けます。これがとても難しい！



粘土状の土を手で掘るために、中腰でぐっと体重をかけていきます。気が付くと、足が土の中にとられ、身動きができなくなることも・・・。

収穫したれんこん (約5kg)

れんこんが抜けないっ！3人の力を合わせて・・・！！



せーのっ！！



わたし私たちが、頑張りました！



第7回 給食ロビー展を開催します！

【開催日時】 3月1日(金)～3月22日(金)の開庁時

【場所】 東温市役所 1階ロビー

今年も、東温市役所において、給食ロビー展を開催します。これまでの地産地消だよりや、学校・地域・家庭と連携した食育活動を紹介予定です。また、学校給食で使用している食材紹介(サンプル配布)もします。

*配布日は給食センターホームページでお知らせします。



みなさん、ぜひ見に来て下さいね☆