



きゅうしよくだより



津市香良洲学校給食センター

朝夕の寒さも厳しくなり、空気も乾燥してきました。細菌やウイルスによる感染症が流行しやすくなる時期です。今年も、新型コロナウイルス対策として消毒や換気、マスク着用などに気をつけてもらっているため、インフルエンザの流行は例年より少ないと言われてはいますが、寒くなるこれからこそ油断せず、苦手なものもしっかり食べて、自分の体を守る努力を続けていきましょう。

冬の野菜がたくさん出回るようになりました。給食でも、白菜やさつまいも、水菜などをたくさん使う予定です。



12月のこんだて紹介



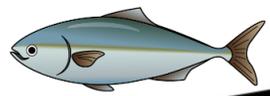
地産品「三重県産ブリ」

16日の給食には、三重県で養殖されたブリを使います。

三重県の南、熊野灘のきれいな海で育てられ、海に近い加工場で新鮮なうちに出荷されます。

脂ののったブリを、竜田揚げでいただきます。

お楽しみに♪



地産品「熊野地鶏」

17日の「熊野地鶏」は、三重県南部の熊野市で育てられている地鶏です。三重県原産のシャモと、伊勢赤鶏、名古屋コーチンなどから誕生した品種です。赤みが強く弾力があり、コクと風味がある肉が特徴です。

12月は、この熊野地鶏で肉団子を作り、白菜や豆腐を煮込んでスープを作ります。

お楽しみに♪



12月21日は、「冬至」です♪

「冬至」は、一年で一番昼が短く、夜が長い日です。冬至の日には、ゆずを浮かべた「ゆず湯」に入ったり、かぼちゃを食べたりする習慣が知られています。こうした習慣には、ゆずの皮から出る精油で冬の乾燥から肌を守ったり、栄養のあるものを食べて風邪をひかないようにしたりする、昔の人の知恵が込められています。

給食では、14日に冬至にちなんだ献立を予定しています。

お楽しみに♪



旬の食べもの「日野菜」

日野菜は、かぶの仲間です。根や茎の一部が赤紫色をしていることが特徴です。

滋賀県が原産地で、三重県でもたくさん栽培されています。

16日の給食に、日野菜を使います。

ぴりっとした辛みが特徴の野菜ですが、辛くなりすぎないように、白菜と料理します。

お楽しみに♪

