



きゅうしよくだより



津市香良洲学校給食センター

一年間の締めくくりになる三学期の始まりです。幸いなことに、この冬はインフルエンザも胃腸がぜも少ないようです。これからも油断せず、こまめに手洗いをし、マスクを着けて、感染症に気をつけましょう。寒い時期ですが、換気もこころがけ、できるだけ外で身体を動かすようにしましょう。

冬休みで生活のリズムが変わった人は、できるだけ早くいつもの生活に戻し、一日三食しっかり食べて、体調を整えるようにしましょう。

1月にも、津市でとれたものや旬の食べものをできるだけ使うほか、1月から3月にかけては、中学校3年生のリクエスト料理をできるだけ取り入れていく予定です。お楽しみに♪



1月のこんだて紹介



旬の食べ物

1月は、白菜や大根、ほうれん草をはじめ、冬が旬の食べ物をたくさん使う予定です。

13日に使う予定の「金時にんじん」

は、12月から1月ごろが旬です。

長く、甘く、やわらかく、鮮やかな赤色のにんじんで、お節料理

にも使われます。

また、かぶや春菊なども

使う予定です。

お楽しみに♪



「全国学校給食週間」

1月24日から30日は、「全国学校給食週間」です。

この一週間には、日本で最初の給食と言われている「焼き魚」をはじめ、いろいろな料理を予定しています。

22日 … 「すいとん」

27日 … 「三重県産ブリのブリ大根」

28日 … 「熊野地鶏の手作り

しゅうまい」

「津市産みかん」

お楽しみに♪

お節料理「黒豆」

お正月に、お雑煮やお節料理を食べましたか？

お節料理には、それぞれ意味や願いが込められています。

給食では、13日にお節料理の「黒豆」を出す予定です。黒豆には、「まめ(健康)に暮らせませすように」という願いがあります。

一年間の健康を願っていただきましょう。

また、お正月に食べたお料理を

思い出して、意味を調べて

みると面白いですよ♪



地産品「三重県産食材(ブリ・タイ・マグロ・黒毛和牛・熊野地鶏)」

三学期も、三重県で育てられた魚や黒毛和牛・地鶏などを、給食で使う予定です。

今年度3月末まで、三重県より食材を提供していただきます。

いつもの料理が、一味違うおいしさに仕上がります。お楽しみに♪

