

かたりあい わらいひろかる、たのしいしよたく、うれしいな

## 全国学校給食週間 1月24日~30日

戦後、給食が外国からの援助により、昭和21年12月24日から東京等で再開されました。12月24日は、冬休みに入り給食がないため、給食がある1月に、この週間が設けられました。今回は、給食だよりに書かれている**福山市の学校給食情報①~⑧**を紹介します。

### ①米の産地・品種

県内産の米。月ごとに産地や品種が変わる。週間中は、市内産の「ひのひかり・恋の予感・コシヒカリ」のブランド米。米飯給食は、水曜日を除く週4回。

ごはん用の米は、800種類以上あるんだよ。「にこまる」、「もりのくまさん」など、おもしろい名前があるよ。

### 【23日(火)】

#### がじつ(賀日)あえ

お祝いの時に食べられていた料理。祝日をあらわす「**賀節(がせつ)**」がなまったんだよ

### ④リクエスト献立

献立名に、◆印があるものが、リクエスト献立。小学6年生と中学3年生が、もう一度食べたい献立を部門ごとにリクエスト。リクエストが多い献立は、12月から3月にかけて登場。

区分	今年度リクエストが多い献立
主食	揚げパン、キムタクごはん、カレー
魚料理	えびのあられ揚げ、魚のホイル蒸し
肉料理	鶏のからあげ、肉じゃが
大豆・大豆製品料理	マーボ豆腐、みそ汁
野菜料理	ナムル、チーズサラダ

### ②ブロック献立

福山市では、給食を8ブロックにわけて実施。「ブロック献立」の日は、市内及び近隣地域の農産物や不足しがちな食材を使用する等、ブロックで考えたオリジナル献立を実施。

【10日(水)】チリコンカン  
不足しがちな豆を使用した献立を実施。

### ③外国の料理

【21日(金)】毎月、外国の料理を実施。今月は、親善友好都市浦項(ぼはん)市がある大韓民国の料理。製鉄がさかんで、市の花が「ばら」。



### ⑤地場産物の活用

太字で下線がある材料が、市内産または県内産。

### 【25日(木)】

(き) ……**ごはん**  
(あか) ……**ぎゅうにゅう**、  
(みどり) ……**はくさい**、**だいこん**、**ねぎ**  
(調味料等) ……**保命酒の酒かす**

保命酒は、江戸時代から鞆の地で造られている伝統の酒。黒船に乗ってやってきたペリー提督も飲んだよ!

## 給食だより 1月

給食では、地場産物(ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産)をできるだけ使用します。(材料欄の太字で書いてある材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。)

### ⑧牛乳

三原市や世羅町の牧場でしぼられた生乳を使用。

今月の献立 ※ぎゅうにゅうは、毎日あります ※◆は、小学6年生、中学3年生のリクエスト献立です

日(曜)	こんだてめい B班校 (中央ブロック)	主な材料				エネルギー 初カリ-
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの	調味料・だし等	
10 (水)	パン チリコンカン コンソメジュリアン	パン じゃがいも きんときまめ あぶら	<b>ぎゅうにゅう</b> ぶたにく ベーコン	たまねぎ トマト にんじん にんにく <b>キャベツ</b> セロリー	しお ケチャップ ウスターソース こしょう チリパウダー	560
16 (火)	ごはん かんこくのり チャプチェ ◆ナムル	<b>ごはん</b> さとう あぶら はるさめ しろごま ごまあぶら	<b>ぎゅうにゅう</b> かんこくのり いか ぶたにく	しょうが にんにく にんじん たけのこ たまねぎ <b>もやし</b> <b>チンゲンサイ</b> ほししいたけ <b>ほうれんそう</b>	しょうゆ さけ トウバンジャン ガーリック	555
17 (水)	パン とりごぼうの こめこクリームに かぶサラダ	パン じゃがいも しろいんげんまめ あぶら こめこ バター さとう	<b>ぎゅうにゅう</b> とりにく うずらたまご まぐろあぶらづけ	たまねぎ ごぼう にんじん えだまめ かぶ <b>みずな</b>	しお こしょう す とりがらスープ うすくちしょうゆ	623
23 (火)	ごはん はっすん がじつあえ	<b>ごはん</b> さといも あぶら さとう しろごま	<b>ぎゅうにゅう</b> とりにく まめちくわ あつあげ やきあなご	にんじん <b>れんこん</b> こんにゃく <b>だいこん</b> えだまめ <b>ほうれんそう</b>	みりん す しょうゆ	558
25 (木)	ごはん ◆ぶりのたつたあげ はくさいのゆかりあえ かすじる	<b>ごはん</b> かたくりこ あぶら さといも	<b>ぎゅうにゅう</b> ぶり とりにく あぶらあげ ちゅうみそ しろみそ	しょうが <b>はくさい</b> にんじん <b>だいこん</b> しめじ <b>ねぎ</b>	しょうゆ ゆかり <b>さけかす</b> だしりこ	647
26 (金)	◆チキンカレーライス フレンチサラダ	<b>ごはん</b> じゃがいも あぶら バター こむぎこ さとう	<b>ぎゅうにゅう</b> とりにく ロースハム	にんじん たまねぎ えだまめ にんにく ブロッコリー <b>キャベツ</b> とうもろこし	ウスターソース トンカツソース ケチャップ す しょうゆ しお カレーこ こしょう	616

### ⑥郷土料理

毎月、日本各地の郷土料理を実施。1月は、広島県の郷土料理。

### 【23日(火)】

○はっすん…海と山の食材が入った煮物  
海：ちくわ 山：さといも、れんこんなど  
○がじつ(賀日)あえ…ほうれんそうと  
やきあなごの和え物  
味付けは、しょうゆ、さとうと少量の酢。  
給食のかくれた人気メニュー。

### ⑦エネルギー

(小)は中学年(3・4年生)のエネルギー量。福山市の基準値は、**620キロカロリー**。

Instagramや市のホームページで情報発信



FUKUYAMA, KYUSHOKU

給食だよりに、たくさんの情報があります。ぜひ、家庭での食事の参考にしてください。

# 「えびのあられあげ」ができるまで

年に一度だけど、記憶に残るメニュー！  
リクエスト献立 魚料理部門 第1位



おせち料理に入っているえびには、腰が曲がるまで長生きしてほしいとの願いがこめられています。



## ① つめた〜い！えびの解凍

えびの数は、  
中学校と合わせて

1960尾



カチカチのえびを流水で解凍。

指先が、イタタッ！



1尾ずつ、ていねいに切り離すよ。

## ② 衣付けは、2時間越え

オリジナルパン粉  
を作る。



パン粉 & 五色あられ

ふり  
ふり〜



衣を付ける。



水溶き小麦粉

↓  
オリジナルパン粉



## ③ 揚げる



ジュワジュワ！



えびがちぎれたり衣がはがれたしないように慎重に！



33本分  
約60リットル



きれいだな。  
苦手なえびも  
これなら食べられるよ。



パクパク！



クラスの入れ物に残ったあられをごはんにのせたらおいしかったよ。

## ④ クラス分け



温度確認！

色が変わって  
パリパリに！



ひとり2尾ずつ  
数えるよ。  
いち、に！いち、に！



パリパリした衣とえびがおいしいな。



ごちそうさまでした。