

給食だより

令和7年 2月

佐呂間町学校給食センター
Tel 5-2555

北海道の冬にしては暖かく、雪も少なかった1月が過ぎ、佐呂間にもようやくスキーやスケートのシーズン到来です。子どもたちには、今の季節にしかできない体験をして、怪我なく心も体も健やかに成長して欲しいと願うばかりです。栄養たっぷりの給食で、子どもたちの成長をバックアップしていきます。

北海道の節分では、落花生をまくことが多いですが、大豆をまく地域もあります。

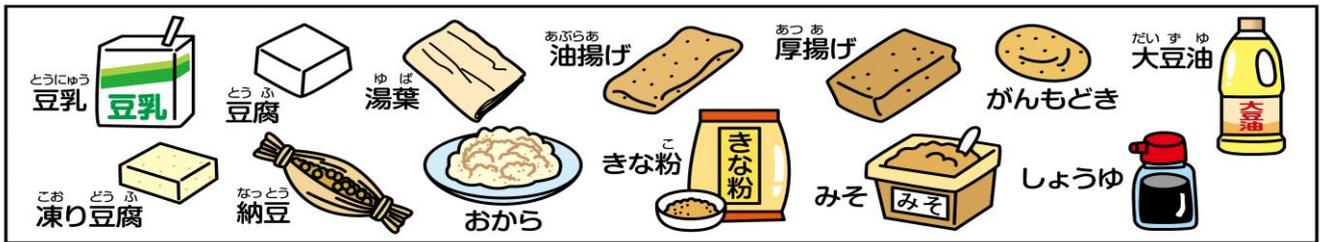
大豆と小豆のおはなし

大豆の“豆”知識

大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。煮豆など料理に使われるほか、さまざまな食品に加工され、日本人の食卓に欠かせない食べ物です。



大豆からできるもの



小豆の“豆”知識

和菓子などに使われる小豆も、大豆同様に古くから重要な食べ物でした。昔の人は、小豆の赤い色が「太陽＝生命力」を象徴すると考え、魔除けの意味を込めて行事やお祝いの際に取り入れてきました。



年中行事と小豆料理

鏡開き お汁粉・ぜんざい	小正月 あずきがゆ	お彼岸 おはぎ・ぼたもち	七五三 赤飯	事八日 おこ汁	冬至 いとこ煮
-----------------	--------------	-----------------	-----------	------------	------------



冬の牛乳は味が濃い!?

給食に毎日出るものに牛乳があります。日によって牛乳の味が違うと感じることはありませんか？牛乳は生きている牛から生産されるので、牛の品種や育て方、えさの違いによって風味が変わります。また、牛は暑さに弱く、夏は食欲が落ちて水分を多くとるため、乳脂肪分が少ないさっぱりとした味の牛乳になり、秋から春先にかけては、乳脂肪分が多い濃厚な味の牛乳になります。寒くなると、給食では牛乳の残りが多くなりがちですが、冬ならではの牛乳のおいしさを、ぜひ確かめてみてください。



夏…乳脂肪分が少ない
さっぱりとした味



秋から春先…
乳脂肪分が多い濃厚な味

2月21日のキャベツについて「株式会社 はまほろ」様よりご厚意でいただけることになりました。佐呂間産の甘くておいしいキャベツです！

★裏面には「冬の食べもの・ことわざクイズ」があります。レッツ・トライ！

ふゆ た 冬の食べもの・ことわざクイズ



○に冬の食べものを書いて、ことわざを完成させよう！
 下の絵と○の数、[] がヒントです。

Q1

○ ○ ○ ○ ときの医者いらず

[○ ○ ○ ○ は、おなかの調子をととのえ、消化をよくする野菜なので、収穫できるとみんなが健康になり、医者がいらなくなるという意味。]



Q2

○ ○ は ○ ○ や屋

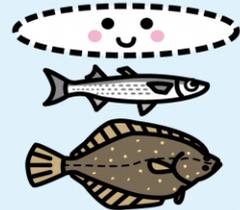
[○ ○ はだれでもつくことができるが、○ ○ や屋がつくものが一番うまいという意味で、それぞれの専門家に任せるのが一番だということとえ。]



Q3

かん ○ ○ かん 寒ぼら寒かれい

[さむ じき 寒い時期においしくなる魚を、3つ並べてリズム良く並べたことわざ。]



Q4

い 煎り ○ ○ に花が咲く

[せつぶん つか 節分に使う ○ ○ は煎っている (火を通す) のに花が咲いたという意味で、ありえないことが実現する、また衰えていたものが再び勢いを盛り返すことのとえ。]



Q5

あつもの 羹に懲りて ○ ○ ○ を吹く

[あつもの あつ するもの 羹 (熱い汁物) でやけどしたので、冷たい ○ ○ ○ を食べる時もフーフー冷ましてしまうという意味で、前の失敗に懲りて、必要以上に余計な心配をすることのとえ。]



ヒント



Q1=だいこん(大根) Q2=もち(餅) Q3=ぶり(鱈) Q4=まめ(豆) Q5=なます(鱧)...

こたえ