

給食紹介

令和 7年 1月 20日(月)

コッペパン 黒ごまクリーム 牛乳 お雑煮 ごまマヨネーズあえ

日本の伝統食“お雑煮”
お雑煮は食べましたか？
給食の“お雑煮”も
おいしいですよ。



☆給食では、日本のよき文化・伝統もお伝えしています☆

日本の伝統食

お正月に“お餅”を食べた人も多いと思います。今日は、日本の伝統食である『お雑煮』にしました。かつおとこんぶからていねいにとっただしのみみでも上品な味に仕上がりました。日本の良き古き食文化を感じながら食べてください。

今日も応援メニューとして、脳の栄養源である“ブドウ糖”をたっぷり摂れるよう、給食も考えてあります。『コッペパン』の原材料“小麦粉”や『お雑煮』の“餅”や“さといも”などの炭水化物は、エネルギー源として、脳のはたらきやスポーツの活動源として重要なはたらきをしてくれます。

『お雑煮』は、“餅”を具にあしらった汁物です。もともとは一つの鍋でいろいろな食材を使って煮た料理で、元旦だけに食べる料理ではありませんでした。元旦に『お雑煮』を作って食べる習慣は、室町時代からのようです。一般的には、お正月三が日の間『お雑煮』を食べるのですが、元旦のみ食べるころや、逆に三が日は『お雑煮』を食べない風習のところもあります。地域によって習わしや風習、調理法に少し違いがあるようです。

関東では・・・切り餅を焼いてだし汁としょうゆですまし仕立ての汁で食べます。
関西では・・・丸餅をゆでてみそ仕立てにして食べることが多いようです。
あわてて食べて、餅をつまらせないように十分、気をつけてください。