

令和4年

1月 いただきます



今月の月目標 感謝して食べよう

私たちが、毎日食事ができるのは、食べ物を生産する人、運ぶ人、調理をする人など多くの人たちの努力のおかげです。



また、食べることは生きることです。「食」の大切さを再確認し、感謝して残さず食べるよう、御家庭でもお話をしてみてください。

「東近江市学校給食週間」 テーマ【郷土食、地域の味を味わおう】

1月24日から30日までは、全国学校給食週間です。それに合わせて東近江市では、1月24日から31日まで「郷土食、地域の味を味わおう」をテーマに、滋賀県の郷土食や地場産物を活かした給食を実施します。

詳しい内容は、1月中旬発行予定の「おおきくなあれ第3号」を御覧ください。

1月13日（木） お正月献立

ご飯、牛乳、
松風焼き、紅白なます、
雑煮（小学校、中学校）、
みそ汁（幼稚園、幼児園）

1年の始まりをお祝いする正月には、おせち料理や雑煮を食べます。健康で長生きできるように願いを込めたり、1年間病気をせずに無事に過ごせるよう縁起をかついだり、どれも意味があるものです。

【松風焼き】

鶏ひき肉に調味料や卵を混ぜて、表面に青のりやごまをまぶして焼いた物です。裏面には何もないことから、隠し事がない正直な人になりますよというの意味があります。

【紅白なます】

金時にんじんの紅色とだいこんの白色で、お祝いの水引をかたどり、平和を願う縁起物です。



【雑煮】

大晦日から神様に供えておいたもちや供え物と一緒に煮たものです。神様に供えた物を食べると、力を授かり元気が出ると考えられています。



1月20日（木） 食育の日 ～感謝して食べよう～

ご飯、牛乳、
鶏肉のから揚げ、
はくさいのかつお和え、
だいこんのみそ汁、しそふりかけ

食べ物は、肉や魚などの動物、野菜や果物などの植物の命をいただいています。この命に感謝して、食事の前や後に、あいさつができていますか。あいさつは、マナーと共に感謝の気持ちを表す言葉です。

【いただきます】

「いただきます」は「もらう」「食べる」の丁寧な言い方です。食べられることに「ありがとう」と感謝する気持ちが込められています。



【ごちそうさま】

「馳走」は「かけまわる」という意味があります。人をもてなすために汗を流して食べ物を集め、かけまわるようにして食事の準備をしてくださった人たちの苦勞をねぎらい、感謝する気持ちが込められています。



今月の滋賀県の食材



今月の東近江市の食材

