



# きゅうしょくだより

令和7年 12月 25日

札幌市立北陽小学校

札幌市立新川小学校

## 日本の食文化



### 年越しそば

年越しそばは、江戸時代に始まった習慣で、元々は大みそかの夜の祝膳の一つだったそうです。今日では、そばが細く長いことにあやかり、そばのように細く長く、長寿を祈って食べるようになったといいます。他の麺類に比べて切れやすいため、苦労や厄災を断ち切るという意味もあります。



### おせち料理

おせちというのは、季節の変わりめの節日に食べる料理のことで、「御節供料理」といっていたものが短くなった名前です。おせち料理は地方や家庭によって異なりますが、昔ながらのおせち料理には、願いや祝いを意味する食べ物が入っています。一部ご紹介します。



#### くろまめ

まめ(真面目)に働きまめ(健康)に暮らせるようにという願いがこめられています。



#### かまぼこ

赤と白はおめでたい色です。他にも、にんじんと大根で作る紅白なますなど、紅白のものがあります。



#### かずのこ

かずのこは、にしんの卵です。卵の数が多いことから、子孫繁栄を願います。



#### えび

えびは火を通すとくるりと曲がることから、腰が曲がるまで長生きするようにと願います。



#### こんぶ

「喜ぶ(よろこぶ)」という語呂合わせと、「ひろめ」と呼ばれていたことから、喜びを広めるという意味があります。

### おぞうに

年越しの時、神様にお供えしたもちや野菜などを煮て食べたのがはじまりだそうです。お雑煮を食べる際には旧年の収穫や無事に感謝し、新年の豊作や家内安全を祈ります。

いろいろなものを混ぜて煮るので、「煮雑(にまぜ)」と呼ばれるようになり、その後「雑煮(ぞうに)」になったといわれています。

東日本は四角い切りもち、西日本は丸いもちが多いようです。地域や家庭によっても、味付けやに入る具材がちがいます。



### 七草がゆ

1月7日に春の初めにはえる若菜入りのおかゆを食べて一年の邪気を払う風習があります。

本来、七草がゆを作る準備は1月6日の夜から始められ、「七草囃子」を唱えながら、おかゆに入れる野草をすりこぎや包丁などでたたいて細かく刻み、7日の朝に炊いて食べます。お正月のごちそう続きで疲れた胃腸を休める意味もあったとされています。

### 春の七草



# 月の予定こんだて

月	火	水	木	金
3学期の給食は1月15日(木) 始業式からスタートします。 ランチマット・エプロン・三角巾 (または帽子)の用意をお願いいたします。清潔なハンカチ・ティッシュ も忘れずに持たせてください。			15日 パスタクリームソース あつあげサラダ	16日 わかめごはん けんちんじる みそあじ あげぎょうざ
19日 ごはん マーボーどうふ ししゃものからあげ おひたし	20日 くろコッペパン あさりのチャウダー だいこんサラダ おうとうかん	21日 ごはん さつまじる ハンバーグきのこソース しょうがあえ	22日 ごもくうどん チーズポテト はっさく	23日 ほうれんそうピラフ とんかつ あまくさ
精白米/豆腐 豚肉 生姜 にんにく にんじん 長ねぎ 干し椎茸 ごま油 豆板醤 片栗粉/子持ちカラフトししゃも(カペリン) 小麦粉 片栗粉/小松菜 もやし 糸かつお/	黒コッペパン/あさり ベーコン ジャガイモ 玉ねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ /大根 まぐろ水煮きゅうり にんじん 白ごま ごま油/ 黄桃缶詰/	精白米/鶏肉 さつまいも 豆腐 こんにゃく にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ/ハンバーグ たもぎたけ ぶなしめじ えのきたけ 干し椎茸 片栗粉 白ごま/ほうれん草 もやし 生姜/	ソフトめん 鶏肉 油揚げ つと にんじん ほうれん草 ごぼう 長ねぎ 干し椎茸 たもぎたけ/じゃがいも バター チーズ 牛乳 スキムミルク /はっさく/	胚芽精米 大麦 バター ベーコン にんじん 玉ねぎ ににく ホールコーン ほうれん草/豚肉 小麦粉 卵 パン粉/天草/
26日 ごはん いもだんごじる ほっけフライ ごまあえ	27日 まめパン サーモングラタン ほうれんそうとしめじの りんご	28日 スープカレー (ザンギトッピング) コールスローサラダ	29日 みそバターコーン ラーメン フレンチポテト パインかん	30日 たきこみいかめし いしかりなべ かぼちゃコロッケ
精白米/鶏肉 じゃがいも 片栗粉 にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ/日本海産ほっけフライ/ほうれん草 白菜 白ごま/	豆パン/鮭 玉ねぎ マカロニ にんじん 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ パン粉 パセリ/ハム ほうれん草 ホールコーン ぶなしめじ 白ごま/りんご/	精白米 じゃがいも ごぼう にんじん さやいんげん 鶏肉 生姜 にんにく 片栗粉 玉ねぎ セロリ りんご/トマト缶詰/キャベツ にんじん ホールコーン/	ソフトラーメン 豚肉 玉ねぎ にんじん 生姜 にんにく 白ごま ごま油 豆板醤 もやし メンマ ほうれん草 長ねぎ ホールコーン バター/じゃがいも/パイン缶詰/	胚芽米 もち米 いか さきいか 小松菜/鮭 豆腐 キャベツ にんじん 玉ねぎ つきこんにゃく ぶなしめじ 長ねぎ/南瓜コロッケ/
北海道の郷土料理や北海道産の食材を使ったメニューが登場します。 		<b>きゅうしょくしゅうかん</b>		北陽小おおぞら学級 校外学習

★牛乳は1人1本(200ml)毎日つきます。

★使用食材は献立の下に記載しておりますが、委託米飯・パン・麺・調味料・香辛料等は記載していないものがあります。詳しい献立表が必要な方は担任までお知らせください。

★天候の影響等で青果物(野菜や果物)は急遽変更になることがあります。

★海産物全般について、小さいえび・かに等が混入している場合があります。

## 1月26日~30日 給食週間があります

1月26日~30日は、給食週間です。給食を通して、食べることに楽しみをもつとともに、食べ物の大切さや食べることへの感謝の気持ちをもつことを目的としています。

●「北海道を食べよう!」メニュー…北海道の郷土料理や北海道産の食材を使ったメニューが給食に登場します。

学級に資料を配付します。

●テレビ放送…給食室の紹介やクイズを予定しています。

●「ラッキーにんじん」を探せ!…1月26日(月)のいもだんご汁の中に星の形のにんじんを入れます。当たった人はラッキー!?

●調理員さんへのメッセージ…調理員さんへの感謝の気持ちや伝えたいこと等を手紙に書こう!

●ぱくぱく週間…各クラスで決めた料理の食缶を空にしよう!

●ピカピカ週間…食器や配膳台をきれいに返そう!