

1月

## 給食だよ!



ニセコ町学校給食センター

12月もあっという間に過ぎ、待ちに待った冬休みがやってきました。お正月は、ご馳走が並んで、ついおなかいっぱい食べてしまう人もいるかもしれません。食べ過ぎで胃腸が弱ると、風邪をひいたり食中毒になったりしやすくなるので、おなかの調子に気を付けましょう。規則正しい生活を心がけ、バランスの良い食事と、十分な睡眠で元気に新年を迎えてください。

## 日本の食文化を楽しもう

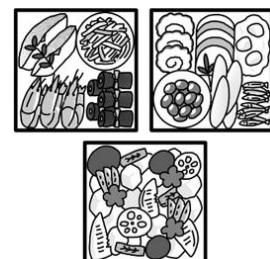
お正月の行事食の一つに、おせち料理があります。

きれいな重箱に、いろいろな種類の料理が詰められていて、見た目も華やか。お正月の食卓を彩ってくれています。その一つ一つの料理には、しっかりとしめた意味が込められています。日本の食文化であるおせちや七草がゆの意味を紹介します。



## ～おせち料理に込められた意味～

- 黒豆……まめに働き、まめに暮らすことができますように。
- 数の子……子宝に恵まれ、栄えますように。
- 田作り……豊作に恵れますように。
- 伊達巻き……巻物に似ていることから、知識が身に付くように。
- 栗きんとん……金運に恵れますように。
- 昆布巻き……「よろこぶ」の語呂合わせ。
- えび……えびのように腰が曲がるまで長生きできますように。
- 紅白なます……お祝いのときの「水引き」に見立てたもの。
- れんこん……穴があいて向こうが見えることから、先を見通すことができるよう。



## ～七草がゆに込められた意味～

七草がゆは、1月7日の「人日の節句」という日に、1年の無病息災を願って、食べられました。早春に芽を出す七草には、邪気を払う力があると信じられており、ご馳走が続くお正月の後に胃を休ませる役割があるとも言われています。

## リクエスト給食

卒業記念企画として、ニセコ高校3年生に今まで食べた給食の中でもう一度食べたい給食のアンケートを取りました！ご協力ありがとうございました。

## ニセコ高校3年生のリクエスト給食アンケート結果

	しゅしょく 主食	しのもの 汁物	しゅさい 主菜	ふくさい 副菜	デザート
1位	わかめご飯	ミネストローネ	とりたたた鶏の竜田揚げ ニセコ芋の重ね焼き	かふう華風サラダ	ごめお米のタルト
2位	ごはん	ポトフ 肉ボールスープ	豚肉の生姜焼き すき焼き風煮	カリカリサラダ	ニセコプリン
3位	クリームパスタ 揚げパン	豆腐とわかめの味噌汁	とりにくて鶏肉の照り焼き	きんとんパイ	プリンタルト

ニセコ高校3年生のリクエスト給食は1月31日に実施します。調理の都合上1位のみを組み合わせるのは難しいため、上位のものを選んで献立を作成しています。ニセコ小学校と近藤小学校の6年生、ニセコ中学校の3年生にもアンケートにご協力いただきました。ありがとうございました。こちらは2月から3月に実施する予定です。お楽しみに！

## ふるさと給食（1月27日～30日）

ニセコ町は山に囲まれていて自然豊かな町。おいしい農作物や食材がたくさん作られています。普段食べている給食には、ニセコ町産の食材をたくさん使用しています。1月27日～30日の給食では、改めてそのおいしさに気づいてもらいたく、ニセコ町産の食材をいっぱい使用した給食にしました。

## ☆ふるさと給食期間中のニセコ町産食材の紹介☆

お米はニセコ町産のななつぼしです。



かきたまうどんのたまごは大加瀬農園のたまごです。



麻婆豆腐の豆腐はニセコの大豆を使用した豆腐です。

松田農園のたまねぎをうどんやスープで使用しています。

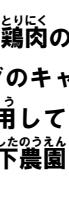


サラダやスープの人参は芳賀農園で作られたものです。

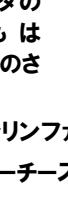


味噌汁やカリカリサラダのじゃがいもは三浦農園のじゃがいもです。

スープの白菜、鶏肉のみぞれがけの大根、サラダのキャベツ、トマトスープに使用しているトマトジュースは山下農園で作られています。



温野菜サラダのさつまいもはNiseko tastyのさつまいもです。



ミルクプリンはミルク工房のプリンです。

リンリンファームのクリスピーチーズをクリスピーチーズサラダに使用しています。