

給食だより

令和3年 5月 さいたま市立上落合小学校

さわやかな風が吹き、新緑の季節となりました。新年度が始まり、約1か月が過ぎようとしています。お子様もだんだんと新しい生活に慣れてきたのではないのでしょうか。今月は旬の野菜や果物がたくさん登場します。

グリーンピース 7日(金)

グリーンピースはエンドウの若い種子を食用としているもので、4月後半位から旬をむかえます。今回は今しか食べられない、生のグリーンピースを使い、グリーンピースごはんを作ります。鮮やかな黄緑色のグリーンピースはまるで宝石のようです。生のグリーンピースのおいしさに気付いてもらえたら嬉しいです。

かつお 11日(火)

かつおは春から秋に日本の沿岸各地を移動し、時期により含油量が変わる魚です。春に獲れるかつおは油が少なく、あっさりしています。江戸時代、「初物の魚や野菜を食べると寿命が75日延びる」と言われていたそうです。最も人気があったのが初かつおだったそうです。

新たけのこ 11日(火)

この時期においしい新たけのこは、えぐみも少なく柔らかいのが特徴です。この時期はいろいろな料理に使っていますが、注目の「若竹煮」！たけのこは10日もすると立派な竹に成長することから、子どもの健やかな成長を願う料理でもあります。また、春先に獲れる新たけのこは新わかめ春の「出会いのもの」の一つとして日本料理でも大切にされる食材です。給食室から上落合小のみなさんの成長を願い、取り入れました。たけのこも大きめに切り、味付けもシンプルなので、たけのこを味わって食べてもらいたいです。



★集まれ！
旬の食べ物★

新じゃがいも 10日(月)

じゃがいもは、ジャガタラ（今のジャカルタ）から長崎へ伝えられ、じゃがいもと呼ばれるようになりました。今の時期に出回る新じゃがいもは皮が薄く、芽も浅いです。今回は新じゃがいもをたっぷり使ってそぼろ煮を作ります。

アスパラガス 17日(月)

アスパラガスは茎の部分を食べる野菜です。グリーンアスパラガス、ホワイトアスパラガスのほかに、近年は紫アスパラガスも出回っています。今回はクリーム煮の中に入れました。アスパラガスの黄緑色が料理の色を引き立てます。

甘夏 27日(木)

甘酸っぱくて、さわやかなほろ苦さが特徴です。正式名称は「川野夏橙^{かわのなつだいだい}」と言います。普通の夏みかんよりも早く色づき、早く酸味が抜ける春の柑橘です。生食はもちろん、スイーツやサラダにアレンジするのもおすすめです。

旬の食べ物、見て、香りで、味わって、
季節をいっぱい感じよう！

オリンピック・パラリンピック給食 5月21日(金)

紀元前776年、ギリシャのオリンピアで競技会を行ったことが古代オリンピックの始まりと言われています。記録では1200年間行われ、第293回オリンピック競技大祭が最後となりました。

現在のオリンピックはフランスの教育者ピエール・ド・クーベルタン男爵によって、1896年第1回大会がアテネで開催されました。クーベルタンは古代ギリシャ・ローマ文明に憧れをもち、古代オリンピックにならった競技祭を構想しました。その意味で彼はオリンピックの再興者、復興者とも言われています。4月はオリンピック発祥の地ギリシャの料理でした。

今回は1920年の開催地ベルギーの料理を実施します。ベルギーの料理は伝統的なフランス料理を基礎としており、全体的にフランスと北部と良く似た食文化です。フランスのパン、クロワッサンもベルギーではおなじみのようです。フリカデルはミートボールをトマトソースやクリームソースで煮込んだ料理です。今回はトマトソースに挑戦します。リエージュサラダの「リエージュ」は都市の名前です。ベルギーの代表的な家庭調理で、じゃがいもやさいいんげん、ベーコンなどを使ったあたたかいサラダです。

運動会がんばれ献立 5月27日(木)

5月28日(金)に運動会、5月29日(土)に体育発表会を予定しています。27日(木)は「運動会がんばれ献立」と題して、勝負ごはんの定番、「ソースかつ丼」を実施します！一人ひとりが精一杯、自分の力を発揮できるといいですね。

○給食費の減額は、連続5日を越えて欠食の場合に届け出の翌々日からとなります。連続5日以内の欠食は減額できません。ご家庭からの申し出が必要ですのでご注意ください。

○はし、スプーン等の持参にご協力ありがとうございます。毎日清潔なものをご用意ください。

