

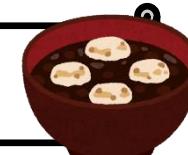
# おいしんぼう 12月号

令和7年12月  
国富町立学校給食共同調理場



いよいよ冬本番をむかえ、朝晩の冷え込みがきびしくなりました。  
寒いと手を洗うのが億劫になりがちですが、風邪や胃腸炎などの感染症  
を防ぐには、せっけんを使ったていねいな手洗いが肝心です。また、食事や  
睡眠をしっかりとって抵抗力を高め、風邪をひきにくい丈夫な体をつくりま  
しょう。

## 今月のテーマ 「伝統料理や行事食を知ろう」



日本の伝統料理は、各地域の食材を活用して、風土に合った料理として作られ、食べられています。そし  
て、その地域の歴史や文化、食生活とともに受け継がれている料理です。  
新しい1年の始まりであるお正月は、その年の幸福や豊作をもたらす「年神様」を各家庭におむかえする  
日本の伝統行事です。おせち料理やお雑煮といった正月料理を食べて、新年の無事を祈ります。

### 伝統的なおせち料理の意味や込められた願い

※地域や家庭によって違いがあります。



一の重 (祝い着・口取りなど)	
黒豆	まめ (まじめ・健康) に暮らせるように。
数の子	こだらめぐ 子宝に恵まれるように。
田作り (ごまめ)	ほうさくねが 豊作を願って。
たたきごぼう	かぞく かぎょう とちねは 家族や家業が土地に根を張るように。
伊達巻き	ちしき きょうようみ 知識や教養が身につくように。 こまき /着るものに困らないように。
きんとん	きんうんめぐ 金運に恵まれるように。
紅白かまぼこ	あかまよしろせいじょうあらわ 赤は魔除け、白は清浄を表す。



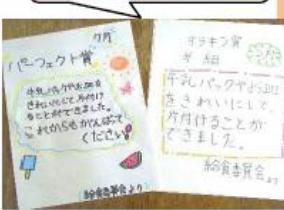
出典:学校給食11月号(全国学校給食協会)

### 給食委員、がんばっています

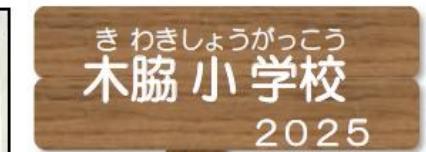
給食の準備や片付けのサポート  
を16人で協力してやっています。



がんばったクラスには、お手  
製の賞状を貼っています。



ぱくぱくデー  
ぱくぱくデーは、マナーチェック  
週間です。2学期の目標は、「きら  
かななもの片付ける」です。



2025

毎日の給食、楽しみです。

みんな、給食を楽しみにしています。  
1・2年生も5・6年生に手伝ってもらい  
ながら、準備片付けも頑張っています。

当番の仕事が上手  
になりました



### 給食レシピ紹介 ~ 鶏肉とさつまいもの中華炒め ~

#### <材料 4人分>

鶏肉(小間切れ)…200g  
★酒……………小さじ1  
★うすくちしょうゆ…小さじ1  
サラダ油…………適量  
さつまいも…………350g(中1本)  
たまねぎ…………100g(1/2個)  
ピーマン…………50g(2個)  
☆オイスターソース ……小さじ1  
☆こいくちしょうゆ ……小さじ2  
☆さとう……………小さじ1/2  
(✿調味料は目安量です)

#### <作り方>

- さつまいもとたまねぎは短冊切り、ピーマンは細切りにしておく。
- フライパンにサラダ油をひいて加熱し、鶏肉を炒め、★の調味料で下味をつけ、いったん皿に取る。
- 同じフライパンでさつまいも、たまねぎ、ピーマンの順番で炒め、鶏肉をフライパンにもどす。
- ☆の調味料で味を付けて、できあがり!



出典:学校給食11月号(全国学校給食協会)