

# 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、せっけんを使った正しい手洗いが肝心です。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**

黒豆 まめ (まじめ・健康) に暮らせるように。

数の子 こども 子宝に恵まれるように。

田作り (ごまめ) 豊作を願って。

たたきごぼう かき 家族や家業が土地に根を張るように。

伊達巻き 知識や教養が身につくように。

きんとん 金運に恵まれるように。

紅白かまぼこ 赤は魔除け、白は清浄を表す。

**二の重**

ブリ しゅせ 出世できるように。

タイ 「めでたい」の語呂合わせ。

エビ ながい 長生きできるように。

紅白なます いわ みずひき あらわ お祝いの水引を表す。

**三の重**

里いも こども 子宝に恵まれるように。

れんこん しょうらい みとお 将来を見通せるように。

くわい しゅせ 出世できるように。

昆布巻き こぶ ま 「よろこぶ」の語呂合わせ。

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。



お知らせポスター



### 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、「きらいなものも片付ける」です。

きわきしょうがっこう  
木脇小学校  
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>

- ① 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。
- ② 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。
- ③ 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。
- ④ ☆の調味料で味を付けて、できあがり!

