

5月 給食だより

令和6年5月
西都市学校給食センター

新緑が目に見え、鮮やかな季節となりました。そろそろ、新しい学校や学年にも慣れてきた頃でしょうか。ゴールデンウィーク明けは、4月の疲れから体調を崩しやすくなります。しっかり食べて、しっかり睡眠をとって、生活リズムを整え、元気に登校するようにしましょう。



1/7 人日の節句 (七草の節句)

7種類の若菜を入れた「七草がゆ」を食べて、一年の無病息災を願います。若菜は、セリ、ナスナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロで、春の七草ともいいます。

ナスナ、セリ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ

七草がゆ

3/3 上巳の節句 (桃の節句)

「ひな祭り」の名で親しまれ、桃の花やひな人形を飾り、女の子の健やかな成長を祝います。行事食には、「ちらしずし」「はまぐりのうしお汁」「ひしもち」「ひなあられ」などがあります。

ひしもち

はまぐりのうしお汁

5/5 端午の節句 (菖蒲の節句)

かぶとや武者人形、こいのぼりを飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べて、男の子の健やかな成長を祝います。香りの強い菖蒲を入れたお風呂につかり、厄を払う風習もあります。

ちまき

かしわもち

7/7 七夕の節句 (笹の節句)

願い事を書いた短冊を笹竹につるし、芸芸上達、豊作などを願う「星祭り」が行われます。行事食として「そうめん」が食べられていますが、夜空に浮かぶ天の川や、機織りに使う糸に見立てているなど、いろいろな由来があります。

そうめん

9/9 重陽の節句 (菊の節句)

菊の強い香りで邪気を払い、長寿を願います。現代では、あまりなじみがありませんが、江戸時代には五節句を締めくくる行事として、菊の花見をするなど、一般の人びとの間でも盛大に行われていました。

菊花酒

菊料理



<5月の給食紹介>

- 2日(木) 「子どもの日ゼリー」 ※ 端午の節句メニュー
- 15日(水) 「みそラーメン」
⇒ 具をシンプルにすることで、ラーメンらしいラーメンに仕上げます。
- 17日(金) 「さばのカレー風味焼き」
⇒ カレー風味に味付けたさばを、焼き物機でじっくり焼き上げます。
- 29日(水) 「スイートコーン」 西都の日
- 31日(金) 「お楽しみ献立」

ひとくちおたより<世界の食>

スリランカ

正式名称：スリランカ民主社会主義共和国
面積：約6万5,610 km² (北海道の約0.8倍) 人口：約2218万人
首都：スリ・ジャヤワルダナプラ・コッテ

スリランカカレー
ココナッツミルク入りのカレー。

インド半島の南東、インド洋に浮かぶセイロン島を国土とする島国で、「インド洋の真珠」や「インド洋の涙」などと呼ばれます。人口の約7割を占めるシンハラ人の他、タミル人やムーア人が暮らす多民族・多宗教国家であり、スリランカという国名はシンハラ語で「**光輝く島**」という意味です。

カトゥレット
スパイスのきいた魚のコロッケ。

年間を通して高温多湿な気候で、季節風(モンスーン)の影響により、南西部と北東部で時期の異なる「雨季」があります。スリランカ料理には、**香辛料**と**ココナッツミルク**を使うことが特徴で、肉や魚、豆、野菜など、さまざまな種類のカレーが食卓に並びます。インディカ米のごはんの他、米粉からつくる麺やクレープのようなものと一緒に食べることもあります。また、「セイロンティー」の名で親しまれる紅茶の産地として世界的に有名です。

☆ 給食でもいろいろな世界の料理を提供し、紹介していこうと思います♪