



2月給食だより



令和5年度

松陵中学校

2月は暦の上では春ですが、まだまだ厳しい寒さが続きます。また、風邪やさまざまなウイルス感染も心配な季節です。栄養バランスのよい食事、手洗いやマスクの着用、十分な睡眠を心がけ、健康な身体で寒さを乗り切りましょう。

2月の目標

ふるさとの食文化を知ろう



郷土料理とは、その土地独特の食材を使った、昔から伝わる伝統的な料理のことです。そのため同じ食材を使っても、各地域によって調理方法や味付けが異なることがよくあります。昔ながらの郷土料理や、各家庭で受け継がれた料理を大切に、次の世代に伝えていきましょう。



木をまさかりで切るときに出る木くずのことを「こっば」と呼びます。食材を切った形が「こっば」に似ていることから、この名前がつけられました。

敦賀市五幡と拳野地区の郷土料理
「こっばなます」

主な材料
だいこん
にんじん
うすあげ
ねぎ
すりごま
からし



まさかり



にしんのうま味が
大根にしみこんだ
「にしんずし」

若狭と京都をつないだ
鯖街道
「焼き鯖」



里芋のくきで作る
「すこ」

大豆が姿を変えた
「打ち豆汁」



敦賀と北海道を結ぶ
北前船が運んだ
「昆布巻き」



福井県の
ソウルフードといえば
「ソースカツ丼」



60年連続購入額日本！
「あぶらあげの煮物」

明治14年2月7日に福井県が誕生してから100年を迎えたことを機に、2月7日を「ふるさとの日」と決めました。この日は、県民一人ひとりが、郷土についての理解と関心を深め、より豊かな郷土を築き上げることを期待する日とされています。みなさんもこの機会に、ふるさと福井の食べ物について考えてみましょう。



「ふるさとの日」
にちなんで

新デザート登場！



敦賀市産東浦みかんジャムを使用したクリームが、やわらかいお餅で包まれた学校給食用のオリジナルデザートです。敦賀市・栄養教諭・県立敦賀高校・生産者・関係者が協力して開発したデザートです！みなさん、楽しみにしてくださいね☆



福井の偉人

石塚 左玄

日本で初めて「食育」という言葉を用いて食の大切さを伝えた医師です。「食の訓え(=おしえ)」を、簡単にわかりやすい言葉で人々に伝えました。



～石塚左玄のおしえ～

1. 家庭での食育は重要ですよ
2. 食が心と体を作ります
3. 人間は穀物を主として食べる穀物食動物です
4. 地産地消は大事ですよ
5. 食物はまるごと食べましょう
6. 野菜、魚、肉をバランス良く食べましょう

節分と大豆

2月3日は節分です。節分は季節の変わり目に災いを追いはらう行事です。節分に豆をまくのは、古来から豆には霊力があると信じられているから、豆をまくことで、鬼(病気や災いなど)を追いはらうという意味があります。

