

食育だより



給食週間

1/22 ~ 26



板倉中学校

給食週間 食べて学ぼう!上越の偉人 パートII

給食を食べて ふるさとの偉大な人を知ろう



日本のワインぶどう栽培の父 川上善兵衛さんを知る ワインを味わう給食

【岩の原ワイン煮込み】 岩の原赤ワインを使用したハヤシライスです。いつもの給食のハヤシライスとはひと味違う雰囲気です。

【雪室サラダ】 岩の原ワインの製造所では、ワインの熟成や保管に雪室を使っています。雪室をイメージした白いサラダです。雪に見立てた白い食べ物の正体は??

有恒学舎を創設した教育者 増村朴齋さんを知る いたくらふるさと給食

【さばのごまみそ焼き】 さばに含まれる DHA・EPA は記憶力や集中力をアップさせます。教育者である増村氏にちなんだ頭脳明晰メニューです。

【春色まんかい和え】 板倉の名所にもなっている、光が原の菜の花やそばの花、あしんの里の芝桜など色とりどりの花をイメージした和え物です。菜の花と芝桜に見立てた食材は何でしょう?

宮古島の人々を救った 中村十作さんを知る 宮古島・沖縄給食

【もずくの真珠スープ】 真珠の養殖のため宮古島を訪れ、住民を苦しめる税金制度の廃止運動を起こしたことが、宮古島と板倉のつながりの始まりだそうです。今年から、宮古島と板倉区の交流も再開されます。

沖縄県産のもずくがたっぷり入ったスープに、特大の真珠に似せたあの食べ物が入っています。

義の心を伝える越後の武将 上杉謙信公を知る 謙信かちどき飯

【謙信あつめ汁】 質素倹約を重んじる謙信公ですが、戦の出陣の際には勝利のかちどきを挙げることを願って兵士たちに山海の幸を豪快に振る舞ったそうです。そんなかちどき飯の一つに「あつめ汁」があります。季節の野菜や干した魚を入れた汁は、儀式や宴などには欠かせない一品だそうです。

給食版あつめ汁にも季節の食べ物がたくさん入っています。

世界を飛びまわる 敏腕外交官 芳沢謙吉さんを知る 台湾グルメ給食

【ルーローハン】 芳沢氏が活躍した台湾の大衆料理です。細かく切った豚肉を甘辛く煮込んで汁ごとごはんにかけて食べます。スパイスや薬味の独特な風味でごはんが進みます。

給食版ルーローハンは、スパイスを少なめにししょうゆと砂糖の甘辛い味付けで仕上げています。アジアの雰囲気を感じてみましょう。