

がつこのか か つうしん
1月9日（火）すくすく通信

しょうがつこんだて お正月献立



あ
明けましておめでとうございます。

ことし ねが
今年もよろしくお願ひします。

きょう しょうがつこんだて せきはん か ぐろまい
今日は、お正月献立です。お赤飯の代わりに黒米ごは
んを炊いています。少なめの量で配膳してください。

さつま雑煮は、大豆もやしや里芋、さつま揚げが入っ
た鹿児島に伝わるお雑煮です。お餅が入っていますの
で、のどに詰まらせないように食べましょう。

くり ことしいちねん かね めぐ
栗きんとんは、「今年一年お金に恵まれますように」と
いう願ひを込めて、黄金色の食材（さつまいも・栗）を
入れて作っています。

くり
栗きんとんには、
じもと
地元のさつまいもを
35kgつか
使っています！



せいさんしゃ こうやま としただ
生産者の 幸山 利忠さん



がつ にち げつ つうしん
1月15日 (月) すくすく通信

せかい りょうり しゅうかん 世界の料理週間：フィリピン

こんしゅう せかい りょうり しゅうかん じっし
今週は、世界の料理週間を実施します。

かめ きょう りょうり
1日目の今日は、フィリピンの料理です！

にく さい い
ニラガは、お肉やチンゲン菜を入れたスープのこと

で、フィリピンでは各家庭の味があるそうです。

ぶたにく げっけいじゅ は ちょうみりょう いっしょ に こ
アドボは、豚肉を月桂樹の葉や調味料と一緒に煮込

りょうり たま たまご くわ に
む料理です。玉ねぎとうずら卵も加えてコトコト煮

こ げっけいじゅ は
込んでいます！ 月桂樹の葉は、

と のそ た
取り除いて食べてくださいね。



げっけいじゅ は
↑ 月桂樹の葉



きょう いっしょうけんめいつく
今日も一生懸命作りました！

おいしく、楽しくフィリピンの料理を

あじ
味わってくださいね♪



1月17日（水）すくすく通信

世界の料理週間：アメリカ

世界の料理週間3日目の今日は、アメリカの料理
です！

ハンバーグ好きなアメリカの人々が、もっと手軽に
ハンバーグを食べられる方法がないか考えたところ、
パンにはさむスタイルの「ハンバーガー」が生まれた
そうです。

今日は、いつもより念入りに石けんできちんと手を
洗ってから、バーガーパンにキャベツとハンバーグ、
スライスチーズをはさんで食べましょう。



今日も一生懸命作りました！

おいしく、楽しくアメリカの料理を

味わってくださいね♪



がつ にち きん つうしん
1月19日（金）すくすく通信

せかい りょうり しゅうかん かんこく 世界の料理週間：韓国

せかい りょうり しゅうかん かめ かんこく りょうり
世界の料理週間5日目は、韓国の料理です！

トックは、韓国のお雑煮のことです。韓国のお餅は、
うるち米で作られているので、伸びにくいのが特徴で
す。のどに詰めないよう、よく噛んで食べましょう。

チーズタッカルビは、鶏肉にキムチやコチュジャンな
どの調味料に1時間ほど漬けてから、炒めていま
す。たっぷりとチーズがかかっている、ごはんが進む味
付けですよ♪

さて、今週の『世界の料理週間』は、いかがでした
か？ 給食で、5か国の海外旅行気分を味わえてもら
えたら、うれしいです ^^



きょう いっしょうけんめいつく
今日も一生懸命作りました！

おいしく、たの かんこくりょうり
楽しく韓国料理を

あじ
味わってくださいね♪

全国学校給食週間 1月24日~30日



日本の学校給食は明治22年に始まり、戦争による食料不足のため中断されたこともありましたが、



ひる(葉にんにく)

下平川小学校の畑で収穫された新鮮なひるを使って、郷土料理「ひるあぎ」を作ります。



ひるの生産者 半 栄代さん

今日の給食もみなさんの家族や地域の方々のご協力のおかげで作ることができました！
大地の恵みや命をいただいていることに感謝して、いただきましょう！

今日の給食は「ごはん、牛乳、さつま汁、ひるあぎ」です。

給食はいつ、どこで、始まったの??

日本の学校給食は明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で始まり、当時の日本は貧しかったので、学校に弁当を持って来ることで、多くの子どもたちのために、おにぎりや魚の塩焼き、漬物などが提供されていました。

学校給食週間でなに??

やがて相次ぐ戦争により食料が不足すると、給食も中断せざるを得なくなりました。戦後、子どもたちの栄養状態が悪くなると「やっぱり給食は大事だ!」と給食の大切さが見直され、アメリカの支援を受けて再開されました。当時の気持ちを忘れず、学校給食の大切さを改めて考えるための「全国学校給食週間」です。

まるごと鹿児島を味わう学校給食!

給食週間に合わせて、全国各地で様々なイベントが行われます。鹿児島県では、「まるごと鹿児島を味わう学校給食」と題して、県内産の食材だけで給食を作ろう!という取り組みを行っています。

知名町でも月・火・木・金曜日のごはんの日に合わせて、町内産を中心に、鹿児島県内産の食材だけで給食を作ります。また、郷土料理や地域に伝わる料理なども登場します。楽しみにしていただきね!

「世界一重い大根」として、ギネス世界記録の「桜島大根」



葉っぱも実も立派な桜島大根です。(写真は昨年のもを使用しています)



昨日のうちに納めていただき、調理さんが一つ一つ手作業で、さやをむいていきます。



ひとつのさやに7粒の实が実っていました。この可変らしい実が、グリーンピースです!

今日の給食もみなさんの家族や地域の方々のご協力のおかげで作ることができました！
大地の恵みや命をいただいていることに感謝して、いただきましょう！

今日の給食は、「ごはん、牛乳、桜島大根の炒め煮、ぶりの照り焼き、ぼんかん」です。

ギネス記録! 世界一重い桜島大根!

みなさんは、「ギネス世界記録」を知っていますか? 世界中の色々な「世界一」が載っている本のことです。

なんと! 鹿児島県の特産品「桜島大根」が、そのギネス世界記録に「世界一重い大根」として、認められているのです! 大きいものは、直径が40~50cmもあり、重さは約30kgもあります。

世界一の記録をもつ桜島大根ですが、煮物にしても蒸し物にも、味が染み込みやすいので、おでんや煮しめなどの煮物料理に向いています。

今が旬! 町内産のグリーンピース!

知名町のグリーンピースの収穫が始まりました! 旬は1月末~3月上旬です。まだ始めの貴重なグリーンピースを分けていただきました。昨日のうちに納めていただき、調理さんがさやをむいて、中に入っている実を取り出しています。サッと塩ゆですると、緑色のきれいなグリーンピースが茹で上がりました! 桜島大根の炒め煮に彩りを添えています。

つうしん
すくすく通信  せんごくがっこうまへくしゅうかん
～全国学校給食週間～

令和6年1月24日(水) 知名町立学校給食センター



ブロッコリーの生産者
牧野 幸吉さん



田智小校区内に広がる、牧野さんの畑。ブロッコリーの他に、白菜やキャベツも育てています。



ブロッコリーは、ひとつの苗に一株ずつ育ちます。21株のブロッコリーを納めていただきました！



調理員さんの手作業により、小籠に分けて、カットしています。今日は茎も使います！



今日の給食もみなさんの家族や地域の方々のご協力のおかげで作ることができました！
大地の恵みや命をいただいていることに感謝して、いただきます！

今日の給食は「桑茶ミルクパン、牛乳、さつまいものクリーム煮、ブロッコリーのソテー」です。

今が旬！知名産ブロッコリー！

みなさんは、ブロッコリーが好きですか？色の濃い野菜（緑黄色野菜）の中でも、特に栄養が豊富な野菜です。つぼみの部分はもちろんですが、茎も食べることができ、甘みがあって、シャキシャキとした食感なので、炒めても、茹でてでも、おいしく食べることができます。

田智小学校区の畑で、牧野 幸吉さんが大切に育ててくださったブロッコリーを使って、ソテーを作りました。



桑の葉

知名町だけの特製パン！「桑茶ミルクパン」

給食のパンは、4年前から鹿児島市のパン屋さんで焼いて、冷凍し、船で運んでもらっています。知名町だけ特別に特産品の「桑茶」をパンの生地に練り込んだ「桑茶ミルクパン」を作ってもらっています。ビニール袋を開けた瞬間に、フワッと桑茶の良い香りがします。「桑茶」の香りや味を味わって食べてくださいな。

つうしん
すくすく通信  ～まるごと鹿児島を
あじわう学校給食～

令和6年1月25日(木) 知名町立学校給食センター

本来は、豚骨（骨付き肉）を使って調理しますが、今日は豚のなんこつを地元の本糖焼酎で、軟らかくなるまで煮ているので、骨まで食べることができます。



給食センターのスタッフ全員で、7kgのスナップエンドウのスジ取りをしました！



スジが取りきれない場合もありますので、噛みきれない時は、自分で取り除いて食べてくださいな。



一つ一つ丁寧にスジを取った、スナップエンドウをごま和えにします。

今日の給食もみなさんの家族や地域の方々のご協力のおかげで作ることができました！
大地の恵みや命をいただいていることに感謝して、いただきます！

今日の給食は「ごはん、牛乳、豚骨のみそ煮、スナップエンドウのごま和え」です。

薩摩剣士の得意料理!? 「とんこつ煮」

鹿児島の郷土料理である「とんこつ煮」は、豚の骨つき肉を大根やこんにゃくと一緒に柔らかく煮た料理です。

祝いの行事などに作られた料理で、当時は男性陣が野外で作っていたそうです。みんなで鍋を囲み、取り分けながら食べました。

本来は豚骨を使いますが、給食では、なんこつを朝一番に炒めて煮ていますので、骨も食べることができます。よく噛んで食べるようにしましょう。

春を知らせる「スナップエンドウ」

スナップエンドウが旬を迎えています。

生産者の池沢 匠さんは、田智小校区の畑で、スナップエンドウを育てています。昨日、給食センターのスタッフ全員で、一つ一つ丁寧にスジ取りをしました。



スナップエンドウの生産者
池沢 匠さん

サッとゆでたあと、練りごまを入れた特製ドレッシングで和えて、「スナップエンドウの和えもの」を作りました。シャキシャキとした食感が良いですね！島の旬の食材を味わって食べてくださいな。

つうしん つうしん
すくすく通信  **～まるごと鹿児島を
 味わう学校給食～**

令和6年1月26日（金） 知名町立学校給食センター



島みかん（レーくりいぶ）をひとつひとつ手作業で果汁を取り出し、特製の島みかんソースを作ります。油でカラッと揚げた鶏肉にかけて、出来上がり★

今日の給食は「ごはん、牛乳、白菜のみそ汁、揚げ鶏の島みかんソース」です。

島の恵みをいただきます！島みかんの特製ソース！

島の至るところに実っている島みかん（レーくりいぶ）を使って、特製ソースを作ります！きれいに洗った11kgの島みかんの皮をむき、果汁をしぼり取ります。約3kgの果汁を取ることができました！しょうゆなどの調味料と合わせて、加熱し、特製ソースの出来上がりです！油でカラッと揚げた鶏肉にかけています！

地域に支えられている学校給食！

今週は学校給食週間で、特に「まるごと鹿児島を味わう学校給食」を中心に取り組みました。

白菜や島みかん、ブロッコリー、実えんどう（グリーンピース）、スナックえんどう、桑茶、きくらげ、麦みそ、黒糖、黒糖焼酎などの地元の食材を使った料理、「ひるあぎ」や「豚骨煮」などの郷土料理など、郷土を存分に味わうことのできる一週間だったと思います。

今週の給食を通して見てきたことは、「学校給食は地域に支えられてきている」ということです。私たちが毎日、何気なく食べている給食には、たくさんの人たちが携わっていて、その方々のあたたかい願いが込められています。そんなことも感じながら、味わって食べると、給食がもっと楽しくなりそうですね！



〔1月22日月曜日〕
 ごはん
 牛乳
 さつまい
 ひるあぎ

〔1月24日水曜日〕
 桑茶ミルクパン
 牛乳
 さつまいものクリーム煮
 ブロッコリーのソテー

〔1月25日木曜日〕
 ごはん
 牛乳
 豚骨のみぞ煮
 スナックえんどうの
 ごま和え

今日の給食もみなさんの家族や地域の方々のご協力のおかげで作ることができました！
 大地の恵みや命をいただいていることに感謝して、いただきます！

