

食育だより



令和4年度 1月号

男鹿市立小中学校
南部共同調理場

冬休みには何を食べましたか？

冬休み明け初日の献立は、「きゃのこ汁」です。1日遅れになりますが、1月15日の小正月料理です。小正月は、女性の正月とも言われ、年末年始を忙しく過ごした女性が一息つけるように、大鍋に「きゃのこ汁」をたくさん作って、小正月中ずっと食べていました。この食文化は、男鹿湯上南秋以北の秋田県、青森県津軽地方、山形県酒田市などでみられます。最近ではあまり作られなくなった郷土料理を食べて、その味を伝えていってほしいものです。

伝えたい味
～きゃのこ汁～



受け継ごう 日本の食文化



地域や家庭に伝わる行事食を知ってつったり、食べたりしましょう。

おせち料理



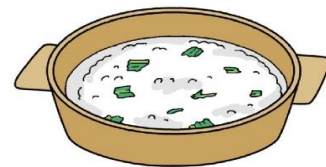
おせち料理は、もともと、節日（季節のかわり目）に神様に供えるものでした。今では、正月のみとなりました。おせち料理には、それぞれ意味があり、健康や長寿などの願いが込められています。

雑煮



雑煮は、もともと年神様に供えたその土地の産物ともちを煮たものでした。東日本はおもに角もち、西日本はおもに丸もちを入れます。すまし汁仕立てやみそ仕立てなど、さまざまです。

七草がゆ



七草がゆは、1月7日の朝に1年の健康を祈って食べます。春の七草とは、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（だいこん）のことです。



給食の思い出を聞かせてください

学校給食は長く続いていて、保護者の方たちも食べてきた人が多いと思います。好きだった献立や印象深いできごとなどをぜひ家族で語り合ってみてください。



給食レシピはこちら↓

