

給食だより

1月号



令和 7 年 1 月 7 日
富士市学校栄養士会作成



富士市の給食
WEB サイト

新しい年を迎えました。本年も子どもたちの健やかな身体と豊かな心を育むために、安心安全な学校給食の提供ができるように取り組んでいきたいと思ひます。

全国学校給食週間

明治 22 年に山形県鶴岡町（現鶴岡市）の私立小学校で貧困のため昼食を用意できない児童に対して提供した食事が学校給食の始まりです。戦争の影響などで中断されましたが、戦後、学校給食が再開されたのを記念して 1 月 24 日～30 日を「全国学校給食週間」としています。

学校給食の意義や役割について理解や関心を高めてもらうことを目的としています。富士市でも、全国学校給食週間に合わせて「ふるさと給食」や「昔の給食」を取り入れています。



給食で味わう富士市の郷土料理

全国学校給食週間中に、富士市の郷土料理が給食にいくつか登場します。郷土料理は、富士市の土地や気候に合わせて考えられ、受け継がれてきた伝統の料理です。

おけんちゃん

農作業の忙しい時に大きな鍋いっぱいには野菜と豆腐を煮込んで作り置きしていた料理。

いか大根

海でとれたイカと大根を物々交換してできた料理で、大淵地区で生まれた料理。

ピーナッツなます

富士市の特産品の落花生をすりつぶして「なます」に入れて和える料理。

～給食レシピ紹介～ 手作りさつま揚げ

【材料】4人分

揚げ油・・・・・・・・適量
あじのすり身・・・・・・・・180g
木綿豆腐・・・・・・・・100g
にんじん・・・・・・・・1/4 本
乾燥ひじき・・・・・・・・3g
にら・・・・・・・・4 本
ごぼう・・・・・・・・1/5 本
古根しょうが・・・・・・・・1/3 かけ
酒・・・・・・・・小さじ1
白みそ・・・・・・・・小さじ1
砂糖・・・・・・・・大さじ1
食塩・・・・・・・・小さじ1/2
片栗粉・・・・・・・・大さじ1 強
薄力粉・・・・・・・・大さじ2

A

【作り方】

- ① ひじきは水につけて戻す。
- ② 木綿豆腐はキッチンペーパーに包み、電子レンジで2分加熱し、水抜きをする。
- ③ 古根しょうがはすりおろし、にんじんは細めの千切り、にらは2cm 幅に切り、ごぼうは笹がきにする。
- ④ A とあじのすり身、①～③をボウルに入れよく混ぜ、小判型にし、油で揚げる。

給食のレシピを富士市のウェブサイトに掲載しています。

材料はしっかり練ってから形を作ってください。
揚げるときは低温でゆっくり揚げた方が上手にできます。
あじのすり身が手に入らない場合は、いわしのすり身などでもおいしく作れます。