

# 1月 主な行事食

## 行事食「小正月」



## 行事食「学校給食週間」



## 世界の料理「ペルー」



## いせさきふるさと給食「アレッタ」



- ごはん
- 牛乳

- ぶりの照り焼き
- 春菊のごまあえ

- まゆだま汁

一般的には1月15日、または1月14日～16日の3日間を小正月とされています。小正月の行事で最も知られているのが「どんど焼き」などと呼ばれる火祭りです。「どんど焼き」の火で正月飾りやお札を燃やすと、その煙にのって年神様が天上にかえっていくとされています。この時、米の粉で「まゆ玉」が作られます。まゆ玉をその火で焼き、汁に入れて食べることで無病息災に過ごせると言われています。

給食ではまゆ玉に似たおもちゃを入れたまゆ玉汁と、縁起の良い出世魚である「ぶり」、旬の食材春菊のごまあえを提供しました。

- ごはん
- 牛乳

- 鮭の塩焼き
- たくあんの甘酢あえ

- 豚汁

1月24日から30日までを学校給食週間といいます。学校給食の歴史について知り、食べ物に感謝し、食生活を見直す一週間です。日本では明治22年、貧しくてお弁当を持ってこられない子ども達のために、山形県のお寺で「おにぎり・鮭・漬物」を作り出されたのが給食のはじまりと考えられています。当時、みんな大喜びで食べていたそうです。学校給食週間の行事食は、そんなはじめての学校給食を参考にした献立になっています。学校給食週間には他にも懐かしい献立や地元の食材を使った献立を提供しました。

- ごはん
- 牛乳

- ポヨ・アラ・プラザ（ペルー風グリルチキン）
- 豚肉と野菜のサルタード（炒め物）
- 野菜スープ

ペルーはアマゾン川流域の熱帯雨林や、アンデス山脈の高地に発達した世界遺産古代インカの都市マチュピチュ、ナスカの地上絵などがある南米の国です。

ペルー料理は、インカ帝国の伝統、スペインの食文化、そして日本、中国、アフリカなどの移民が持ち込んだ文化が融合した、多様性に富む料理が特徴です。海岸部では魚介、山岳部ではジャガイモやトウモロコシ、アマゾンでは淡水魚やバナナを使った料理があります。伊勢崎市にもペルー国籍の方がたくさん住んでいます。給食ではペルー風のグリルチキンと炒めもの、野菜を煮込んだスープを提供しました。

- ココアパン
- 牛乳

- チーズはんぺんフライ
- アレッタとツナの和風スパゲッティ
- たまごトマトスープ

いせさきふるさと給食の行事食で、伊勢崎市で生産された冬野菜、「アレッタ」を使ったスパゲッティを提供しました。「アレッタ」はブロッコリーとケールを掛け合わせて開発された色鮮やかな濃い緑色の野菜で、カルテンやビタミンKが豊富に含まれている栄養価の高い野菜です。スーパーなどの店頭で見かけることもあります。伊勢崎で作られたアレッタを食べて、冬を元気に過ごしましょう。