

12月 主な行事食

郷土料理「愛媛県」



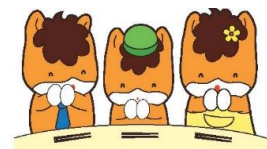
- 菜飯
- 牛乳
- じゃこ天
- ほうれん草のごまあえ
- いもたき汁

愛媛県は瀬戸内の温暖な気候と豊かな自然に囲まれ、新鮮で豊富な食材があります。いもたきは愛媛県の大洲という地域の郷土料理です。藩政時代に行われていた「お籠り」と呼ばれる親睦行事がはじまりとされ、その年に収穫された夏いもを持ち寄り、こんにゃく、しいたけ、油揚げ、鶏肉を鍋で煮込み秋の名月を愛でながら、「いもたき」を食べました。養蚕が盛んであった名残で、白玉団子を入れる風習も残っています。また、じゃこ天は新鮮な小魚を骨ごと、皮付きのまますり身にして油で揚げたもので、宇和島の代表的な郷土料理です。小魚(雑魚)で作られることから、「雑魚天(ごこてん)」と呼ばれるようになり、それが変化して「じゃこ天」となりました。

群馬県の伝統食「呉汁」



- ごはん
- 牛乳
- さばの文化干し
- 切り干し大根の炒め煮
- 呉汁



寒い季節に体を温めてくれる料理の一つとして「呉汁」があります。大豆をすりつぶしたものを「呉」といい、それを野菜たっぷりの中に入れたものが呉汁です。昔は肉や魚が毎日食べられるわけではなかったため、大豆は貴重なたんぱく源でした。そのような中で、呉汁はたんぱく質が手軽にとれる大豆料理として冬にはよく作られました。

行事食「いせさきづくしの日」



- ごはん
- 牛乳
- 厚焼きたまご
- ごぼうサラダ
- 下植木ねぎのすき焼き煮



12月から1月にかけて、伊勢崎市の伝統野菜、下植木ねぎが旬を迎えます。江戸時代の風土記に「もっとも美味なるもの」と記され、200年以上にわたり大切に栽培、保存されてきました。市場に出回ることにはまれで「幻のねぎ」として宅配を中心にお歳暮として出荷されています。現在でも伊勢崎市内の限られた農家の方だけが栽培しています。給食ではすき焼きで提供しました。

行事食「冬至」



- ごはん
- 牛乳
- ゆずゼリー
- 鱈の一夜干し
- 五目ひじき
- かぼちゃのみそ汁

冬至は一年の中で一番日が短く、夜が長くなります。昔は夜が長いことから、縁起の悪い日とされていました。黄色が魔除けの色と言われていたため、かぼちゃを食べてゆず湯に入り、魔除けをしていました。ビタミン豊富なかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入って体を温めて風邪を予防するという昔の知恵でもあったようです。今回はかぼちゃを味噌汁に、ゆずはゼリーで提供しました。