

Main table containing 24 days of school lunch menus (献立), energy values (エネルギー), and ingredients (あかきみどり). Each day includes a main dish (ごはん), a side (牛乳), and a soup (スープ). Days 1-5, 8-11, 15-17, and 22-25 are standard menus, while days 6, 7, 12, 13, 14, 18, 19, 20, 21, and 26 feature local specialties from Fukushima City.

<福島町のご当地グルメ給食考案>

先月は、北海道のご当地グルメを給食として提供しましたが、今月は、福島町のご当地グルメ給食を、福島小学校の5年生が考案してくれました！

① ちゃんこラーメン

福島町といえば相撲が盛んですが、お相撲さんがよく食べるちゃんこ風ラーメンにしました。様々な色とりどりの具材がラーメンとの相性がよく合います。

② 福島産あわびとしいたけのたきこみご飯

福島町で陸上養殖しているあわびと福島町でよく採れる椎茸を使った炊き込みご飯にしました。今回のあわびは、町から提供していただきました。感謝していただきます！

③ 福島海鮮カレー

ご飯は福島町の黒米を使用し、ルーは、福島町のいかとタコを入れて、トッピングにはイカリングフライをつけました。また、今回は、福島町の水産加工会社の久々 吉田商店さんのいかを使用する予定です。感謝していただきます！

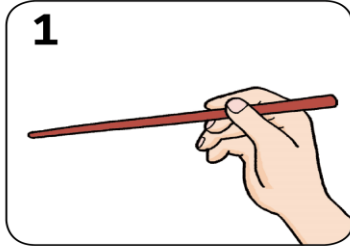
Advertisement for local ingredients from Fukushima City. It features a green background with the text 'こんげつつくしまちよ しょくざ ~ 今月の福島町の食材'. Below the text are images and labels for 'あわび' (abalone), 'こんぶ' (kombu), 'しいたけ' (shiitake), 'くろま' (black rice), 'たこ' (octopus), and 'いか' (squid).



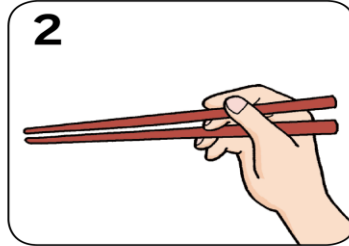
和食の食事作法は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど、はしの使い方はとても重要です。はしは、「つかむ」「はさむ」「切る」などの様々な使い方があります。正しいはしの持ち方を身に付けて、楽しい食事の時間にしましょう。

やってみよう!

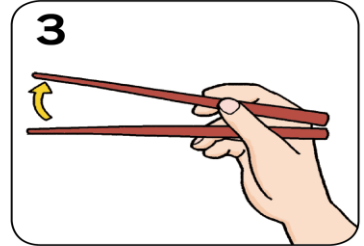
基本のはしの持ち方



1 上のはしは、正しい鉛筆の持ち方で軽く持ち、数字の1を書くように縦に動かしてみましょう。



2 下のはしは、親指のつけ根から、中指と薬指の間に通します。はし先はそろえましょう。



3 親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げ、上のはしだけを動かしましょう。



マナー違反に注意!

きらいばし



一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはしづかいを「きらいばし」といいます。気をつけましょう。

<p>刺しばし</p>	<p>寄せばし</p>	<p>迷いばし</p>	<p>ねぶりばし</p>
<p>涙ばし</p>	<p>持ちばし</p>	<p>探りばし</p>	<p>はし渡し</p>

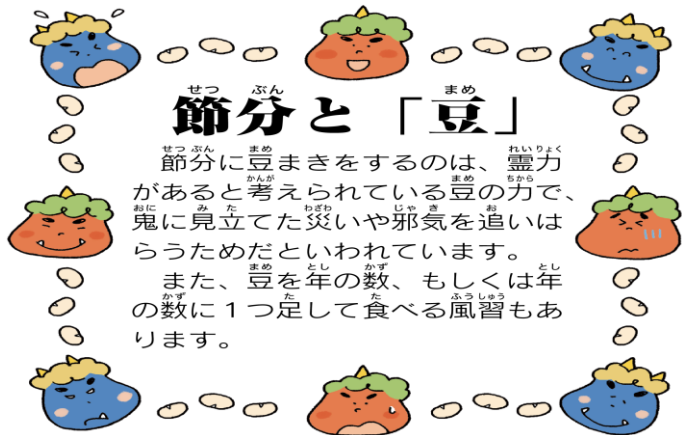
< 節分について >

節分(せつぶん)とは、四季の移り変わり節目のことをいいます。昔の考えでは、季節の変わり目には邪気(鬼)が生じるとされていてこの邪気を祓うために「豆打ち」があり、これが「豆まき」の元になったとされています。また、恵方巻はその年の干支によって定められた最も良いとされる方角(恵方)に向かって巻きすしを食べることから、こう呼ばれることになったとされる説があります。



節分と「豆」

節分に豆まきをするのは、霊力があると考えられている豆の力で、鬼に見立てた災いや邪気を追いはらうためだといわれています。また、豆を年の数、もしくは年の数に1つ足して食べる風習もあります。



< 福島町学校給食センターのホームページについて >

福島町の公式ホームページ内に、学校給食の献立表や給食内容の紹介を掲載しております。下記のQRからもご覧いただけます。今後も、充実したホームページの作成に努めてまいります。



< 今月の平均栄養価 >

	小学校(中学年)	中学校
エネルギー	660kcal	850kcal
たんぱく質	27.0g	33.0g
脂質	21.9g	28.5g

※ 献立は物資の都合上、変更になる場合があります。あらかじめご了承ください