

きゅうしょくだより

2012年
給食週間特別号

長岡市立日越小学校

今年度のテーマは



ながおか あじ
長岡 味めぐり

1/30~2/3

です!

ながおかし へいせい はい 長岡市は、平成に入ってから11の市町村が合併し、人口28万人の特例市となりました。
ひがし すもんだげ にし にほんかい ちゅうおう しなのがわ なが やま さち うみ さち めく
東には守門岳、西には日本海、中央には信濃川が流れ、山の幸・海の幸に恵まれています。
わたし つく う つ 美味 料理 給食 週間の 献立 取り入れまし
私たちがふるさとで作られ、受け継がれている美味しい食材や料理を給食週間の献立に取り入れまし
た。各地域の特産物や食材の特徴や由来を知り、味わう1週間にしましょう。(裏面をごらんください)

寺泊地域
しんせん さかな いちば かいすいよくじょう
新鮮な魚の市場、海水浴場、
日本海に沈む夕日が美しいまち。

与板地域
なのおえかねつく ささ つま せん う
「直江兼続」を支えた妻、お船が生
まれ育ったまち。歴史を感じる、
みくにかいどうき しょうかまち
三国街道沿いの城下町。

中之島地域
しなのがわ かりやたがわ さるはしかわ かこ
信濃川・刈谷田川・猿橋川に囲まれた
へいや かわ なか しま しまか
平野で、まさに「川の中の島」。初夏の
ふうぶつし おおたごがせん はくりよくまんてん
風物詩「大風合戦」は、迫力満点。

和島地域
みち えき りょうかん さと りょう
道の駅「良寛の里わしま」や「良
かん さとびじゅつかん しま りょう
寛の里美術館」など、今なお、良
かん こころ かん やす
寛の心を感じる安らぎのまち。

三島地域
とくさんぶつ すぎ まるた
特産物の「のこぎり」で、杉の丸太を
きりおとす、ぜんにほんまるたはやきりせんしゅけん
切り落とす、「全日本丸太早切選手権
たいかい まいとしなつ かいさい
大会」が毎年夏に開催される。

越路地域
ほたるがまうなつ もみじにそまるあき、
しきおりおり うつく ふうせいをたのしむまち。

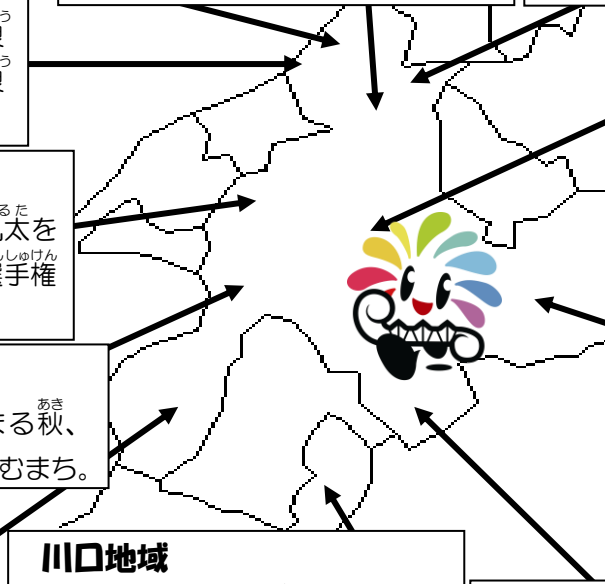
小国地域
ゆきくに うた おくにわし
雪国の生み出す「小国和紙」の
やさ みりょく しぜんゆた
優しい魅力と、自然豊かな「お
ぐに森林公園」の83畝の広大
しきち こころ
な敷地に心やすらぐ。

川口地域
にほんさいこ でんどう きほ ほん かわぐち
日本最古の伝統と規模を誇る「川口
やなば うおのがわ しゅん のうさくもつ
場」の魚野川、旬の農作物や、
りょうしつ おんせん みりょく
良質の温泉など、魅力がいっぱい。

長岡地域
ちゅうおう なが しなのがわ
まちの中央に流れる「信濃川」
ながおか ながおか
は長岡のシンボル。長岡まつりで
しょうさんしやくたま
は、正三尺玉・フェニックス・
てんちしんはなび
天地人花火など、バラエティに富
んだ花火に胸が踊ります。

栃尾地域
めいほう すもんだげ ぜんごくめい
名峰「守門岳」のふもと、全国名
すいひやくせん えら とど もりこうえん
水百選に選ばれた杜々の森公園
や、あきばこうえん しぜんゆた
秋葉公園など、自然豊かなま
ち。栃尾は越後の武将「上杉謙信」
とちお えちご ぶしやう うえすぎけんしん
が青年期を過ごした地でもある。

山古志地域
でんどう うし つのつ こころいゆ たなだ
伝統ある「牛の角突き」、心癒される棚田や
たないけ うつく けしき やまこし
棚田などの美しい景色は、山古志ならではの。



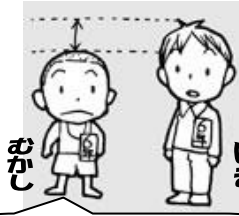
給食週間とは・・・

明治22年 山形県鶴岡町の忠愛小学校で、お弁当を持ってくることができない子どもたちのために、おにぎりとおかずの昼食を与えたのが学校給食の始まりです。

昭和7年 学校へ通えない子や体の弱い子をすくうために全国各地で給食が始まりました。

昭和19年 戦争が始まり、食べる物が少なくなり、給食が中止されました。

昭和21年12月24日 戦争が終わり、外国から送られた脱脂粉乳や缶詰を使って、再び給食が始められました。



当時の子どもは今に比べてとても小さかったのです。



※ この日が学校給食開始の記念日となりましたが、冬休みに入るため、1月後の**1月24日**が「**全国学校給食記念日**」となりました。(その日を含む週が給食週間となっています。)

長岡 おいしい味がいっぱい



給食週間特別号 平成24年1月
「長岡 味めぐり」資料

コシヒカリ(長岡地域)

開発に携わった新潟県と福井県の古称、越の国にちなんで、「越の国に光輝く米」という願いが名前に込められています。粘り・つや・香りがよく、全国的に人気のある米です。市内の学校給食で食べているごはんは、減農薬の特別栽培米コシヒカリです。



古代米(越路)

私たちの祖先が栽培していた赤米や黒米など、古代の稲の特徴を持つ米を総称して古代米と呼びます。黒米の色素は、ブルーベリーにも含まれる「アントシアニン系」のもので、目によいといわれています。越路地域では、黒米栽培に力を入れて取り組んでいます。



赤米



黒米

そうめん(三島&与板)

小麦粉を原料とした麺の一つです。市内にはいくつかの製麺所があります。暑い夏に冷たくして食べることが多いですが、今回は温かい「そうめん汁」としていただきます。



酒かす(和島など)

長岡市はおいしいお米と水に恵まれ、長岡・越路・栃尾・和島・三島地域の酒蔵でお酒がたくさん作られています。酒かすは、お酒を作る時にできるもので、お汁や漬物など様々な料理に使われます。



車麩(長岡)

小麦粉からとり出したグルテンを棒に巻きつけ、焼いて作ります。昔の荷車の車輪に似ていることから、車麩という名前がつけました。「車麩の揚げ煮」は、給食で人気のある一品です。



ぎんなん(小国)

殻を割って炒り、塩をふって食べたり、茶碗蒸しなどに入れて食べることが多い「ぎんなん」。小国地域では、イチヨウの木の植樹を行い、町の活性化を目指しました。ぎんなんアイスクリームなど、色々な食べ物が考え出されています。



れんこん(中之島)

沼田の中で育ち、秋から冬の寒い時期に泥の中から掘り出します。中之島地域の大口れんこんは、真っ白な切り口とサクサクとした歯ざわりが特徴です。れんこんには約10個の穴があり、先が見通せることから、縁起がよいといわれます。



ニギス(寺泊)

新潟県内の多くの漁港で水揚げされ、寺泊漁港でもとれます。身がやわらかく甘みのある魚です。塩焼きや、揚げたりして食べます。「すり身」にして揚げたり、つみれ団子汁にして食べることもあります。



小松菜(中之島)

東京の小松川で栽培されていることから「小松菜」と呼ばれるようになりました。一年中栽培されていますが、本来冬野菜です。中之島地域の小松菜は、「こまつみどり」というブランド名がついています。



アスパラ菜(長岡地域)

食べるとアスパラガスに似た味わいがあることから、この名前がついたアブラナ科の野菜です。別名を「オータムポエム」といいます。おひたし、和え物、炒め物などにして、いただきます。



かぐら南蛮(山古志)

ピーマンよりひとまわり小さいコロっと太った唐辛子で、肉厚でピリリとしたさわやかな辛みが特徴です。夏にとれるので、炒め物などの辛みに使われることが多いですが、味噌漬けなどにして、調味料としても1年中使われます。



きのこ(川口)

食物せんいが多く含まれているきのこ。川口地域は、きのこ類の生産に力を入れています。えのきたけは、甘い香りとシャキシャキとした歯切れの良さが特徴です。鍋物や和え物にして、きのこのうま味と歯ごたえを味わいます。



ジャンボ油揚げ(栃尾)

栃尾といえば「ジャンボ油揚げ」。その歴史は古く、およそ300年前の江戸時代にさかのぼります。長さ20センチ、幅6センチ、厚さ3センチと、通常の油揚げと比較すると約3倍もの大きさ。外側はカリッ・中をふっくらと揚げるために、低温・高温の2度揚げをします。



* 長岡味めぐり 給食週間こんだて *

30日(月) 寺泊(ニギス)・三島&与板(そうめん)

●ごはん●ニギスのフライ●五目きんぴら●そうめん汁●牛乳

31日(火) 川口(きのこ)・山古志(かぐら南蛮)

●根菜カレー●きのこサラダ●牛乳●手作りゼリー

1日(水) 越路(黒米)・中之島(れんこん、小松菜)・和島(酒かす)

●黒米●和風れんこんバーグ●小松菜のおひたし●さけかす汁●牛乳

2日(木) 長岡(車麩)・小国(ぎんなん)

●ごはん●車麩の揚げ煮●ごますあえ●牛乳

3日(金) 栃尾(ジャンボ油揚げ)

●ジャンボきつねおむぎめん●菜の花和え●節分豆●牛乳