

食育だより

令和4年5月

岐阜市立華陽小学校

「行事食」の願いを大切にしましょう。

日本の食文化は、年中行事と密接に関わって育まれてきました。自然の恵みである「食」を分け合い、「食」を共にすることで、家族や地域の絆を深めることができます。

端午の節句には、「男子が勇ましく育つように」と、「田植えを迎えた稲が豊作になるように」の2つの願いが込められています。そのため、兜や鯉幟などの5月飾りをし、菖蒲湯に浸かり邪気を払い、一族の繁栄を願った柏餅や難逃れを願った粽を食べました。

給食でも年間を通じて、行事食を取り入れていきます。ご家庭でも季節の行事を通じて、家族の絆を深めましょう。

給食に登場する行事食 (令和3年度より)



上巳(ひなまつり)

端午(こどものひ)

うか 鵜飼ひらき

上巳の節句

はちじゅうはちや 八十八夜



(3月~5月)



岐阜市制の日

七夕(たなばた)

土用

(6月~8月)



岐阜市制の日



つきみ お月見

のぶなが 信長まつり

うか 鵜飼いじまい

信長まつり



(9月~11月)



とうじ 冬至

しょうがつ 正月

かがみびら 鏡開き

せつぶん 節分

(12月~2月)



鏡開き

岐阜の味を紹介

お茶



(岐阜県ホームページより)

岐阜県は 3000m級の山々を源とした揖斐、長良、木曾の三つの美しく豊かな川が流れています。美味しいお茶には、きれいな水が欠かせません。美濃茶は、お茶本来の豊かな香りと味が特徴です。

ご家庭で作ってみませんか？

<材料 4人分>

イカ(4cm角) 16枚

料理酒 小さじ1

塩 ひとつまみ

②小麦粉 適宜

③粉茶 小さじ1/2

④小麦粉 大さじ2

⑤米粉 小さじ1

⑥水 大さじ1と1/2

揚げ油 適宜

※給食では、煎茶を粉末にした

ものを使用しています。

「イカの織部揚げ」

5月の献立

<作り方>

- ① イカの切り身に塩と料理酒を振り、20分冷蔵庫に入れて、下味をつける。
- ② ①の粉をよく混ぜてから、水を入れて衣を作る。
- ③ イカから出た水分をペーパーなどで取り、②の小麦粉をつけて、余分な粉は払い落とす。
- ④ 揚げ油の温度を180℃にする。
- ⑤ ③のイカに②の衣をつけ揚げる。