



いただきます～す!! 2023

神戸市立だいち小学校 食育だより

<おうちのひとといっしょによみましょう>



あけましておめでとうございます。
2023年が始まりました。「早寝・早起き・朝ごはん」生活リズムを
整えて、今年も毎日元気にすごしましょう。

1月の給食目標 <いろいろな地域のこんだてを知ろう>



1月は、学校給食週間（1月24日～1月30日）にちなんで、給食に兵庫県の郷土料理や特産品がたくさん登場します。私たちの住んでいる地域にもおいしいものがいっぱいありますね。みなさんが知っている兵庫のおいしいものがあったら、ぜひ教えてくださいね！

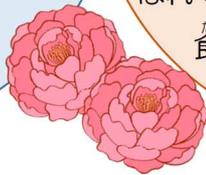
黒豆

「黒豆」は、黒い大豆「黒大豆」のことです。黒大豆の中でも丹波篠山うまれの「丹波黒」は、粒が丸くとても大粒で甘みがありもちとした歯ごたえがあります。昼と夜の温度差が生み出した黒豆の王様です。



ぼたんじり

「ぼたんじり」は、イノシシの肉（猪肉）を使った「牡丹鍋」を給食用にアレンジしたものです。「牡丹」は、猪肉をうす切りにしてお皿に並べた様子が牡丹の花のように見えることからそう呼ばれています。おいしい山の幸を食べて育ったイノシシは栄養満点です。



バチじり

播州地方のそうめん作りは、室町時代から始まったといわれています。「揖保の系」の名前で有名ですね。そうめんを作るときにできた端を「そうめんバチ」といいます。形が三味線をひく時のバチに似ているので、この名前がついたといわれています。



1月の給食メニューから

12日(木) お正月料理 「ぞうに」「田作り風」「くりきんとん」

17日(火) 季節の果物「みかん」



19日(木) 兵庫の郷土料理「たこめし」「かすじり」



兵庫の海でとれた「はたはたのからあげ」

20日(金) 「兵庫県産の小麦粉を使った「兵庫の小麦パン」



26日(木) 兵庫の特産「黒豆」と猪肉を使った「ぼたんじり」

30日(月) 兵庫の海でとれたのりの「つくだに(兵庫のり)」と

播州地方のそうめんバチを使った「バチじり」

たこめし

明石海峡で育ったマダコは日本一といわれています。潮の流れにもまれたタコは歯ごたえがあって甘みがあります。「たこめし」は、漁の後すぐに手をかけずに食べることのできる料理として作られています。今では家庭料理として食べられています。駅弁でも有名になりました。



