

# 12月 給食だより

令和4年11月  
編集発行  
守口市教育委員会  
守口市学校給食協会

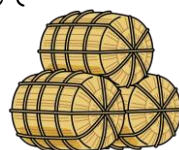


お米は、日本人の食事に欠かせない食べ物です。日本は雨が多く、夏は高温多湿の気候ですが、これがお米の栽培に合っているのです。弥生時代(約2300年前)の頃から全国的に作られてきました。



最近では、店頭に並んでいるお米に、「新米」の表示が目立つようになりました。

お米は、昔から日本人の食卓に欠かせないもので、炊いたご飯を主食として食べるほか、もちやだんごなど、さまざまなものに加工されてきました。



学校給食では、12月から令和4年度産の新米を使用します。使用するお米の

銘柄は、滋賀県産の「キヌヒカリ」です。

守口市教育委員会のホームページには、現在使用しているお米について、掲載しています。



## 今月のかみかみ献立 ちくぜんに 筑前煮



《中学年4人分》

《作り方》

鶏肉	100g
こんにゃく	80g
里芋	80g
人参	80g
ごぼう	80g
れんこん	80g
さやいんげん	28g
干椎茸	4g
油	適量
濃口醤油	24g
三温糖	12g
みりん	4g
削り節	2g
水	120cc

- 削り節でだしを取っておく。
- 鶏肉は小口切り、こんにゃく・里芋は2cmの角切り、人参はいちょう切り、ごぼう・れんこんは乱切り、さやいんげんは2〜3cm幅、干椎茸は戻して小さめの角切りにしておく。
- 鍋に油を熱し、鶏肉・人参・こんにゃく・ごぼう・れんこん・椎茸・里芋を入れて炒め、だし汁・しいたけの戻し汁・調味料を入れて煮、最後にさやいんげんを入れて火を止める。



## 魚の骨に注意!!



学校給食では骨抜き処理された魚は使用して

いません。食べる時は、骨に気をつけて、よく噛んで食べるようにしましょう。

