

給食だより 12月



平成27年度
さいたま市立 大砂土中学校

一年末年始の行事食一

2学期もあと少しとなりました。12月に入り、だんだんと寒さも厳しくなってきます。風邪をひかずに元気に過ごせるよう、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

また、年末年始の時期は、伝統的な食文化を知る良い機会でもあります。年末年始に行事食を食べることで、食事に込められた思いや願いを知りましょう。また、食事の準備などの手伝いをして家庭で過ごす時間も大切にしたいと思います。

【年越しそば】

1年の締めくくりに食べる年越しそば。「人生はそばのように細く長く生きる」という意味を込めて食べるという話を良く聞きますね。年越しそばの風習が広まったのは、江戸時代中期以降です。大みそかはお正月の準備を終え、一晩中眠らずに年神様を迎える日です。年越しそばを食べる時は、1年を無事に過ごせたことに感謝に、家族で食卓を囲んでいただきましょう。

なお、関西ではそばではなく、運を運ぶ「うどん（うどん）」を食べて、「太く長く」幸せを願うところもあります。

【おせち料理】

「おせち」とは、「お節供」の略で、かつては季節の変わり目の節句行事で作られたごちそうや、神に供える料理のすべてが「おせち料理」でした。やがて、節句の中でも最も重要な正月料理を指すようになりました。それぞれの料理にはいわれがあり、願いが込められています。

- ・くわい・・・芽が出るくわいは「めでたい」に通じます。
- ・なます・・・神聖な色の「白」と慶事の色の「紅」を大根とにんじんで表します。
- ・伊達巻・・・卵は子孫繁栄の象徴です。
- ・れんこん・・・先が見通せるようにという思いが込められています。
- ・ごまめ・・・田作りと言われ、豊穰祈願を表します。
- ・えび・・・腰が曲がるほどの長寿を象徴しています。
- ・黒豆・・・「まめ」に働けるようにという思いを表します。
- ・昆布巻き・・・こぶは「喜ぶ」に通じ、おめでたい席に欠かせない食材です。

これは、おせち料理の一部ですが、他にも様々な料理がありますね。お正月を機に、どんな料理があるのか、その言われや作り方などを調べてみるのも新しい発見があり面白いですね。

☆給食では・・・

縁起がよく、おせち料理に欠かせない「くわい」ですが、給食でも12月の献立に「くわい」を使った献立を取り入れます。薄くスライスして素揚げし、塩コショウで味をつけて「くわいチップ」に調理します。さいたま市はくわいの産地としても有名ですので、地場産の食材を味わって食べてくださいね。