



1年間『たのしいきゅうしょく』をご覧いただきありがとうございました。給食だよりを通して、食と健康、食文化などのお知らせをしてきましたが、毎日の食生活に役立てていただけたでしょうか？これからも食に関する身近な物をテーマにお伝えしていきます。

3/4(金)「比企13の食材」献立

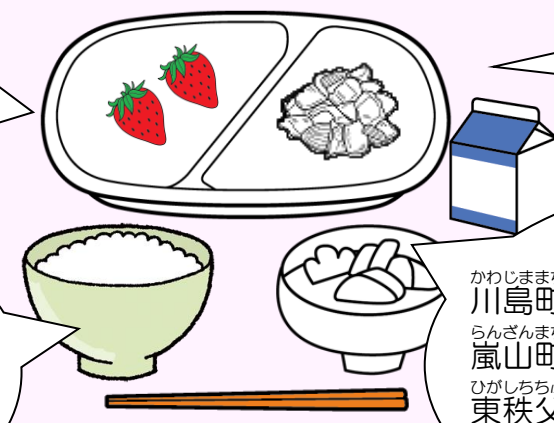
1月から放送が開始された大河ドラマ「鎌倉殿の13人」で比企氏が取り上げられていることにちなみ、給食では比企地区の13種の食材を使った献立を取り入れました。

いちご 苺

かわしままち つく 川島町で作られた「とちおとめ」

はん ご飯

かわしままち つく 川島町で作られた「川越藩のお蔵米(彩のきすな)」



や とり どん ぐ 焼き鳥丼の具

ひがしまつやまし から 東松山市の「辛みそ」と よしみまち 吉見町の「あぶらみそ」

ひき やさい じる 比企野菜のけんちん汁

かわしままち こんやく ながねぎ にんじん ふえ きしょうゆ 川島町の「蒟蒻・長葱・人参・笛木醤油」
らんざんまち なめがわまち ひき 嵐山町・滑川町の「比企のらぼう菜」
ひがしちちぶむら しいたけ おがわまち だいこん 東秩父村の「椎茸」 小川町の「大根」

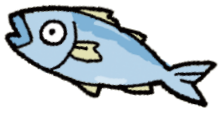
ときがわまち はくさい ときがわ町の「白菜」
はとやままち はとめしょうゆ 鳩山町の「鳩豆醤油」

こん ごう じ ながい じゅうしょく はなし き 金剛寺の永井住職にお話を聞きました！



こんごうじ ひき しれきだい はか なかやまち く てら 金剛寺は比企氏歴代のお墓がある中山地区のお寺です。歴史は古く、天正年間(1500年代)に建てられたと伝えられています。境内の東側には比企一族のお墓と大日堂という位牌堂があります。この大日堂は1640年(約400年前)に建てられたといわれています。大日堂の天井には「龍」が描かれています。この龍は田んぼに出て稲を荒らし、被害はあちこちに広がったそうです。なんとかしなくてはと、龍を鎮める方法として龍の喉元に杭を打ち、その杭を隠すために天蓋を設置したと伝えられています。歴史のある金剛寺をみなさんも訪ねてみてはいかがでしょうか。

じゅうしょ こんごうじ かわしままちおおあざなかやま 住所：金剛寺(川島町大字中山1198)



はる つげ うお

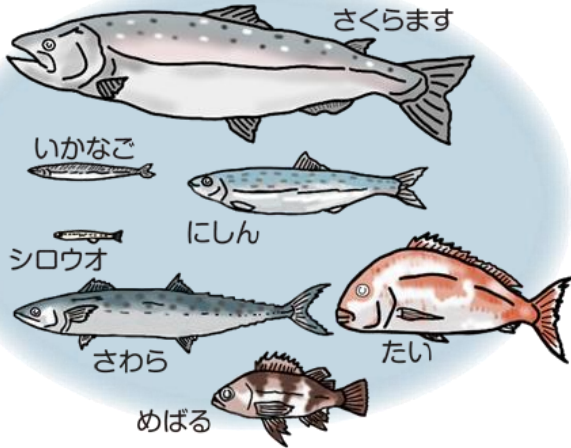
「春告魚」知っていますか？



R4.11.3で川島町は50周年！

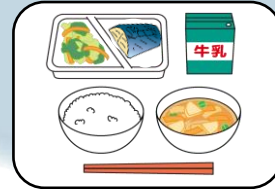
春の到来を告げる魚を「春告魚」といいます。代表的なものが「魚」へんに「春」と書く「鱮（さわら）」です。他にも鯛（桜鯛）、ます（さくらます）、にしん、めばる、いかなご、シロウオなどもあります。

春を告げる魚



3月7日は「魚の日」

「魚の日」にちなみ、3月7日の給食は春告魚の「さわら」を使った「さわらの西京焼き」です。旬のおいしさを味わいましょう。

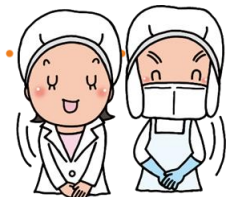


さわらの豆知識

さわらは、関東では脂が乗った冬の「寒ざわら」の方が好まれます。さわらは身がやわらかく、冷めてもおいしいのでお花見などのお弁当によく使われます。また、成長につれて名前が変わる「出世魚」で、祝い事にもよく使われる縁起の良い魚です。体長50cmまでを関西では「さごし」、関東では「さごち」、70cm以上を「さわら」といいます。さわらの「さ」は「狭い」、「はら」は「腹」を意味し、お腹が狭く、スマートな体型を表すのが名前の由来といわれています。さごしの「さ」も「狭い」、「ごし」は「腰」を意味し、細長い体型を指すといわれています。

さわらは栄養豊富な魚で、脳の働きを助け、血液の流れをよくするDHAやEPAが多く含まれています。また、筋肉や血をつくるたんぱく質や皮膚の健康を保つビタミンB2、酸素を体に運ぶヘモグロビン（赤血球の成分）の構成成分になる鉄、酵素やホルモンの構成成分になる亜鉛も多く含まれています。

1年間ありがとうございました



令和3年度の給食は、3月23日(水)で終了します。今年度も給食を通して、子どもたちのうれしい笑顔がたくさん見る事ができました。「おいしかった!」や「ごちそうさま」の声、そして空っぽになって教室から戻ってきた食缶を見ることが、学校給食センター職員全員の大きな励みになっています。来年度も食品や調理過程の安全には細心の注意を払いながら、おいしい給食を提供できるように努めていきます。また卒業生のみなさんには給食を通して出会った味のことを忘れず、給食で学んだ食べ物や食べ方についての知識や経験を、学校給食の楽しい思い出とともに、ぜひこれからの生活に活かして行ってください。1年間ありがとうございました。

※このおたよりは不要になりましたら雑紙（紙・布の収集日）として資源化できます。