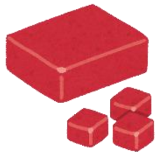
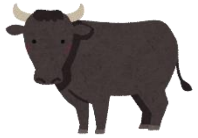
ぱくぱく 11月号

守山市教育委員会
令和7年11月発行

滋賀の日



10日（月）小学校
17日（月）中学校



今月の「滋賀の日」には、近江牛を提供します。

400年以上の歴史があり、江戸時代には彦根藩主から将軍家に、みそ漬けにした牛肉が薬用として送られました。近江牛は、豊かな土壌からできるおいしい稲わらとミネラルのバランスが良い水で、のびのびと育てられています。

給食では、滋賀県の食材として、近江牛のしぐれ煮の近江牛と赤こんにゃく、野菜のかき揚げの春菊、白菜のみそ汁の葉ねぎを使います。

全国味めぐりの日

14日（金）
小学校・中学校

～今月は岐阜県です～

岐阜県は日本のほぼ中央に位置する内陸県で、滋賀県、愛知県、長野県、富山県、石川県、福井県、三重県の7つの県に隣接しています。

「鶏ちゃん（けいちゃん）」は、下呂市、郡上市、中津川市や高山市南部の郷土料理です。昔は鶏肉が貴重だったため、特別な日に味わえる料理でした。現在では気軽に作れる料理となり、お店や各家庭それぞれの味を楽しむことができます。

「大歳（おおとし）のごっつぉ」は、12月31日大みそかから正月三が日まで食べられている煮物料理です。地域によって、「年越し料理」「年越し煮」「お年越し」などの名称で伝承されています。

守山の日

27日（木）
小学校・中学校

今月の「守山の日」は、守山市で収穫された「きゅうり」と「葉ねぎ」を使用します。

自分たちが住む地域で育てられ、収穫したものを食べることを地産地消といいます。地産地消のよいところは、とれたての新鮮なものが食べられること、輸送燃料が少なく環境に優しいこと、地域への関心が高まることです。

新鮮な野菜には栄養もたっぷり含まれます。

もーりもりの日

～「味付けの工夫を知ろう」～

19日（水）小学校
28日（金）中学校

今月の「もーりもりの日」のテーマは、「味付けの工夫を知ろう」です。かれいのから揚げは、揚げたカレイに振り塩をします。キャベツの甘酢あえは、酢とレモン果汁、砂糖、しょうゆの合わせ酢であえます。酢とレモン果汁を合わせることにより食べやすくなります。さつまいもの豆乳みそ汁は、豆乳とみそを合わせることでいつものみそ汁より濃厚でコクがあるみそ汁に仕上がります。いろんな味付けを味わっていただきましょう。

和食の日

21日（金）小学校・中学校

11月24日は、「和食の日」です。日本の伝統的な食文化である和食の魅力を再発見し、次世代へ継承することを目的として「いい（11）に（2）ほんしょ（4）く」のごろ合わせからこの日に制定されました。和食は、ユネスコ無形文化遺産に登録されており、世界共通の財産です。

この日の給食は、ごはん、さけの塩麹焼き、ほうれん草のごまあえ、さといもときのこのみそ汁です。私たちの健康的な食生活を支えてきた和食の良さを、再発見してみましょう。

今月の献立から

＊＊白身魚のコーンマヨ焼き＊＊

材料（4人分）

白身魚・・・・・・・・4切れ（200g）
塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・少々
こしょう・・・・・・・・・・・・・・・・・・少々
酒・・・・・・・・・・・・・・・・小さじ1・1/2
コーンクリーム・・・・・・・・・・・・60g
マヨネーズ・・・・・・・・・・・・・大さじ2
ココット皿又は紙カップ（オーブン用）
※魚は、鮭でもおしくできます。
※オーブンは200℃に温めておく。

作り方

① 白身魚に塩、こしょう、酒をまぜあわせ5分程度おく。
② コーンクリームとマヨネーズを混ぜる。
③ ココット皿に①を入れ②をかける。
④ ③をオーブンに入れ 15 分～20 分様子をみながら焼き上げる。