

☆☆☆☆☆☆ 食育だより ☆☆☆☆☆☆

きょう がつこうきゅうしょくしゅうかん
今日から「学校給食週間」です。

こんねんど めざ はかせ しょくいくけんてい じっし
今年度は、「目指せ!みそ博士」と「KOGOGAKU食育検定2026」を実施します。

めざ はかせ しゅるい あ ひと しょくいくけんてい
「目指せ!みそ博士」でみその種類を当てた人、「KOGOGAKU食育検定2026」で
きんしょう かくとく ひと なか すうめい ひと きゅうしょく けん
金賞を獲得した人の中から、数名の人に「給食セレクト券」がプレゼントされる
とくでん おお ま
特典があります。多くのみなさんのチャレンジをお待ちしております。

きゅうしょく けん ひと きゅうしょく なか びんえら
※「給食セレクト券」をプレゼントされた人は、給食メニューリストの中から1品選ぶことができます。
ただし、3年生は「デザートの中のセレクト券」になりますので、ご了承ください。

KOGOGAKU 食育検定 2026

4月～1月23日まで配付した「食育だより」から問題を出題し、獲得ポ
イントに応じて判定します。検定用紙は明日配布します。

1月30日(金)までに、食堂前に置いてある提出箱に入れてください。

はんていめやす
<判定目安>

きんしょう いじょう ぎんしょう どうしょう い か
☆金賞 70ポイント以上 ☆銀賞 50～69ポイント ☆銅賞 49ポイント以下

目指せ! みそ博士

「みそ」は、むかし た にほん でんとうてき しょくひん だいず
昔から食べられている日本の伝統的な食品で、大豆に「こうじ」
しお くわ はっこう じゅくせい つく げんりょう ちが
「塩」などを加えて、発酵・熟成させて作ります。みそは、「こうじ」の原料の違いで
こめ むぎ まめ しゅるい わ ぜんこく かくちいき
「米みそ」「麦みそ」「豆みそ」の3種類に分けられます。全国では各地域ごと
とくちょう つく あじ いろ
に特徴のあるみそが作られており、味も色もさまざまです。

こんねんど ちゅうもく しゅるい あじ かお いろ かくにん
今年度は「みそ」に注目して、4種類のみその、味、香り、色などを確認し
ながら毎日の給食を食べ、みそについてじっくり考えてみましょう。

まいにちが しゅるい つか
1月26日(月)～1月29日(木)は、毎日違う種類の「みそ」を使います。

しゅるい つか
そのうちの1種類を、1月30日(金)に使いますので、そのみその種類をみなさんに
あ どうひょうようし くば じぶん なまえ か
当ててもらいます。1月30日(金)に投票用紙を配りますので、自分の名前を書
いて、しよくどうまえ お どうひょうばこ い
食堂前に置いてある投票箱に入れてください。

本日のみそ



なまえ せんだい
名前： 仙台みそ
ちいき みやぎけん
地域： 宮城県
しゅるい こめ
種類： 米みそ

※「^{せんだい み そ}仙台味噌」は^{みやぎけん み そ}宮城県味噌^{しょうゆ}醤油工^{ぎょう}業^{どうく}協^あ同^い組^あ合^いの^{ち い き}地域^{だんたい}団体^{とうろく}登録^{しょうひょう}商 標 です。

～ ひとくちメモ ～

^{とき}時は^{せんごく}戦国時代、^{みそ}みそは^{いくさ}戦^{とき}の時の大切な^{しょくりょう}食 料 でした。

^{せんだいはん}仙台藩祖、^そ伊達政宗が^{だ て まさむね}戦に持って行った^{いくさ}みそは、^も他の^い国のものよりも^{ほか}傷^{くに}みにくく、^{しやだいまよう}諸大名の^{あいだ}間で^{ひょうばん}評判となりました。その後、^ご伊達政宗は^{だ て まさむね}城下に^{しょうか}「御塩噌蔵」という^{お えん そ ぐら}みその^{こうじょう}工場^{つく}を作^{しょうにん}って、^{づく}商人にみそ作りをさせたのが^{せんだい}「仙台みそ」の^{はじ}始まりと^い言われています。

^{きゅうしょく}給 食^{つか}で使っているみそは、^{みやぎけんさん}宮城県産の「^{だいず}大豆」「^{こめ}米こうじ」^{つか}を^{みさとまち}使^{しょうゆ}って、^{つく}美里町の^{しょうゆ}醤油屋^{さん}で^{つく}作^{つく}られたものです。

★★★ 本日のみやぎのおいしい食材 ★★★

- ごはん（^{かんきょうほ}環境保全^{ぜんまい}米ひとめぼれ） ○牛 乳^{ぎゅうにゅう}
- 油 麩^{あぶら ふ}丼^{どん}に使っている「油 麩」^{あぶら ふ}
- 和え物^{あ もの}に使っている「わかめ」「ささかまぼこ」^{つか}
- みやぎの芋煮^{いも に}に使っている「仙台みそ」^{せんだい} [ねぎ] ^{はくさい}「白菜」

★今週の給食は、その日に使った「みそ」が作られている^{ち い き}地域の^{きょうどりょうり}郷土料理や^{とくさんひん}特産品^{つか}を使^{こんだて}った献立^{こんだて}になっています。

^{きょう}今日は^{みやぎけん}宮城県の「^{あぶら ふ}油 麩^{どん}丼」「^{わかめ}わかめ」「^{ささかまぼこ}ささかまぼこ」「^{いも に}芋煮^{と い}」を取り入れました。