


1月26日(月) 「給食週間メニュー」

1月23日(金)～1月29日(木)は、給食週間メニューです。「We Love おぢや ～おぢやの魅力 つめこんじゃいました～」をテーマに魅力ある給食が提供されています。詳しくは「給食だより」をご覧ください。

23日(金)
☆ 四尺玉花火 ☆

花火丼・四尺玉汁・四尺玉マフィン・牛乳

小千谷市の片貝では、毎年9月の片貝まつりで世界最大級の「四尺玉花火」が打ち上げられています。その花火の製造と打ち上げを行う花火師さんの間で食べられているのが「花火丼」です。スタミナたっぷりの生妻焼き定食を丼ぶりにすることで、忙しい仕事の合間でもさっと食べることができるようにと考えられたメニューです。四尺玉汁と四尺玉マフィンは、夜空に花火が開いて輝く様子を表現しました。



※写真を撮ることを忘れるほど、
おいしい給食でした。(すみません。)




26日(月)
☆ お米 ☆

おぢやのもっちり中華おこわ・米粉香巻き
柿の種入りカリッとサラダ

米麹みそのビーフンスープ・牛乳


主食は、ふっくらもちりとした粘り気と強いうまみが特徴のコシヒカリと、大粒で光沢があり、冷めても柔らかいもち米のわたぼうしを使用した、中華おこわです。「美味しい!」が確定している逸品です。その他の料理にも、お米からできている、米粉、米菓、ビーフンなどを使用しています。お米は様々な使い方ができることを学べるメニューとなっています。




27日(火)
☆ 錦鯉 ☆

錦鯉紅白ライス・ブロッコリーのさみサラダ
泳ぐ宝石ゼリー・牛乳

錦鯉紅白ライスは、錦鯉御三家の紅白をイメージして、白いガーリックライスに赤いトマトベースの具沢山ソースをかけていただきます。錦鯉は、白や紅(赤)、黒、黄、青など様々な色があります。泳ぐ宝石ゼリーは、そんな色とりどりの錦鯉が澄んだ水の中を泳ぐ様子を表現しました。




28日(水)
☆発酵☆
 ごはん・白身魚の塩麹トマトソースかけ・煮菜
 おちやのぼかぼか汁・牛乳



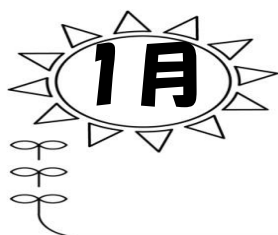
小千谷市内には、日本酒、みそ・しょうゆの醸造会社があります。雪国特有の気候とおいしい水、米づくりが、昔からの発酵の技術を発展させてきました。今回は「酒粕」「塩麹」などの発酵食品を使ったメニューを取り入れました。「おちやのぼかぼか汁」は、「酒粕」と「かぐら南蛮みそ」を使用し、体の中から温まるお汁です。「白身魚の塩麹トマトソース」は、「塩麹」と「トマト」を合わせ、まろやかなソースで、お魚を食べやすくなるよう工夫しました。「煮菜」は、小千谷の郷土料理のひとつです。各家庭で、材料や調味料に少しずつ違いがあります。



29日(木)
☆牛の角突き☆
 コッペパン・りんごジャム・見守り岩ハンバーグ
 ナンパンジーサラダ・白菜スープ・牛乳



「見守り岩」は小千谷市牛馬場にある大きな岩です。平成16年10月23日、中越大地震が発生した日に割れた岩で、厄難から市民を見守ってほしいという願いから「見守り岩」と名付けられ、角突きの牛につける「面綱」がかけられています。「見守り岩ハンバーグ」は東山小学校の卒業生が考えたメニューで、見守り岩をイメージしたハンバーグに面綱カラーのたれがかかっています。ナンパンジーサラダは、東山地区で昔から栽培されている、「かぐら南蛮」で作った「かぐら南蛮みそ」を使った棒棒鶏風のサラダです。



給食週間特別号 給食だより



南小中学校
2026年1月

1月24日～30日は全国学校給食週間です！

明治22年に始まった学校給食は、戦争により一時中断されました。戦後、アメリカの民間団体ララなどからの援助を受けて、給食が再開されました。昭和21年12月24日にララからの物資贈呈式が行われたので、その日を「給食感謝の日」と決めました。その後、給食の意義や役割についての理解や関心を深める週間として、冬休みに重ならない1月24日から30日を「全国学校給食週間」としています。今年度、南小中学校では、23日から29日に「給食週間メニュー」を提供します。

こんねんと おぢやし がっこうきょうしゅくしゅうかん
今年度の小千谷市の学校給食週間テーマは

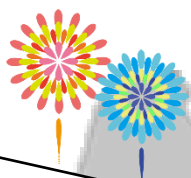
ういー うぶ We Love おぢや♡

〜おぢやの魅力つめこんじゃいました♡〜



よんしゃくだまはなび
四尺玉花火

片貝まつりで打ち上げられる「四尺玉花火」は、世界最大級で、1985年に打ち上げに成功し、当時ギネスブックにも掲載されました。打ち上げ前に、奉納者の名前とメッセージが読み上げられることが特徴的です。



うし つのつ
牛の角突き

牛の角突きは、国指定重要無形民俗文化財で、牛・牛飼い・地域が一体となった伝統文化です。令和8年は5月3日（日）が初場所で、11月まで毎月1回行われ、11月1日（日）が千秋楽となります。

にしき さい
錦鯉

小千谷市は、「錦鯉発祥の地」です。「泳ぐ宝石」として海外からも人気を集めています。「紅白」「大正三色」「昭和三色」は、錦鯉御三家と言われています。



はっ こう
発酵

発酵食品は、腸内環境を整えてくれます。腸内環境を整えることは、脳にもよく、精神的な面にも影響すると言われています。小千谷市には、発酵食品であるみそやお酒を作っている会社があります。



こめ
お米

小千谷市は、全国的にも有名な「魚沼産コシヒカリ」の産地です。この日の給食には、農園ビギンさんから提供いただいたもち米「わたぼうし」も使われています。また、米菓で有名な柿の種を使ったサラダも出ます。

1 月 27 日（火） 「第 1 回校内リーダー研修会」



晩会朝会で、来年度の生徒会 事務局員と専門委員会 委員長の任命式がありました。新生徒会長から任命書を渡され、決意も新たにした新生徒会役員たちです。放課後には、第 1 回校内リーダー研修会があり、来年度に向けて活動が開始しました。

1 月 29 日（木） 「招待給食・食に関する授業」



1 年教室に調理員さんが来てくださり、一緒に給食を食べました。また、3 年生は、栄養士さんに「食に関する授業」をしていただきました。普段あまりお会いする機会がないのですが、毎日、安全でおいしい給食を提供してくださっている栄養士さんや調理員さんに日頃の感謝を込めて、感謝のメッセージをお渡しました。どうぞこれからもよろしくお願いいたします。

1月30日（金） 「アルペンスキー授業」



1・2年生のアルペンスキー授業で、十日町市津南町にあるニュー・グリーンピア津南スキー場に行ってきました。小千谷スキー協会の方々からインストラクターとして、初級・中級・上級の各グループについていただきました。熱心な指導に生徒たちも応えようと一生懸命でした。昼食のカレーライスもおいしく、たくさんお代わりしていました。素晴らしい指導者、最高のゲレンデと施設環境、そして意欲的な生徒達。どの生徒もメキメキと上達し、充実した一日でした。

大雪の日でしたが、小千谷市のスクールバスで安全に送迎していただきました。たくさんの方々に支えられ、このアルペンスキー授業が無事、実施できたことに感謝いたします。