



12がつ

こんだて表



令和4年度 座間市立 入谷小学校



今月の食育目標

冬の栄養について知り、好ききらいをしないで、なんでも食べよう

Table with columns for date, main dish, milk, side dishes, and energy/nutrient values. Includes a 'おたのしみきゅうしょく' (Fun Kyushoku) section on the 20th.

材料の都合により変更になることがあります。

令和4年度 献立テーマ 「座間の味 郷土料理を知ろう！」 ☆☆ 12月『かてめし』☆☆

「かてめし」とは、スス払い（大掃除）をした日の夕食に、きれいになった家で新年を迎えるお祝いとして食べられていた料理です。座間市も昔は今と違って、ほとんどの家に「いろり」がありました。家の中にいろりがあるということは、部屋の中で火をたくため、天井や壁はススだらけで真っ黒になってしまいます。ですので、12月下旬になると新年を気持ちよく迎えるために、スス払い（大掃除）をする習わしがありました。

かてめしの「かて」とは、漢字では「糧」と書き、ごはんに入れる具のことをいいます。このときに初めてその年の新米を使っていました。また、かてめし作りには役割分担がありました。子どもは油揚げを買いに行き、おばあさんが具を用意していたそうです。

ひな祭りに食べるちらし寿司に似ていて、お酢のきいたご飯に甘辛く煮た野菜が入ります。長く保存ができて、寒い冬でも手に入る切り干し大根やかんぴょうが野菜の中に入るのが特徴です。たくさんの具を味わいながら、年末に思いをはせて食べてくださいね。

