

2月14日(月)

こんだて
＜献立＞

ぎゅうにゅう
ポテトドレッシングサラダサンド・牛乳
だいず あ
いりこと大豆のからめ和え・はくさいスープ

★ポテトドレッシングサラダサンド★



ゆ おお
じゃがいもは茹でたあと、大きな
マッシャーを使ってつぶしていきます！
からだぜんしん つか たいへん
体全身を使うのでとても大変です！



きょう たまご つか
今日は、卵を使っていないマヨネーズで
たまご じどう た
卵アレルギーの児童も食べられる
ポテトサラダになっていました★



つぶしたじゃがいもに、にんじん、キャベツ、
とうもろこしを入れ、先ほどのマヨネーズと
さとう す しお あじつ
砂糖、酢、塩こしょうで味付けをしています★

2月15日(火)

こんだて
＜献立＞

はん ぎゅうにゅう
ご飯・牛乳・ししゃもフライ・ひじきの炒め煮
いた に
かぶのみそ汁・ミニいちごゼリー

★カルシウム豊富「ししゃもフライ」★
ほうふ



ししゃもは、アイヌ語の「ススハム」が
ごけん 語源で「やなぎの葉」という意味が
あります！体長15cm程の魚で、2年を
うみ す 海で過ごしたのち、秋の終わりごろ、
さんらん 産卵のために川に上ったものを漁獲して
いました。

あたま お まる た
頭から尾まで丸ごと食べることが
できるため、骨や歯を強くする
カルシウムをたくさん
とることができます♪
こ どもたちにも人気の献立です★
にんき こんだて

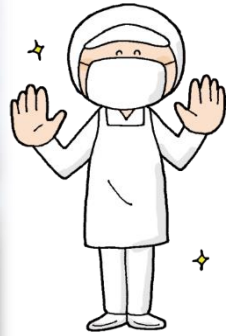
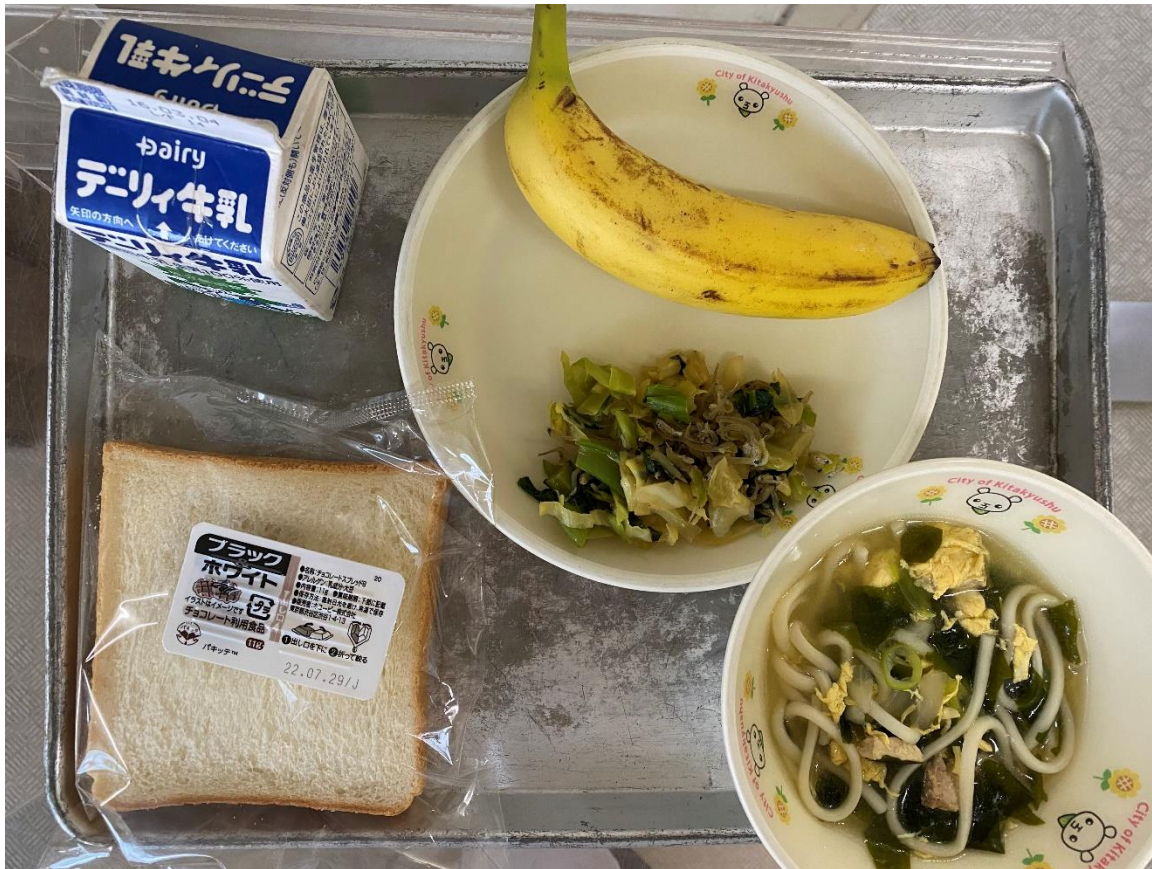


2月16日(水)

こんだて
＜献立＞

ちい ぎゆうにゆう
小さいパン・牛乳・チョコアンドホワイト
おやこ こまつな いた
親子うどん・キャベツと小松菜のじゃこ炒め・バナナ

だいにんき おやこ
★大人気「親子うどん」★



うどんは、子どもたちが食べるころ、ちょうど良い硬さになるように
少し硬めに茹で、しっかり水冷し伸びないように工夫しています★

きょう さむ おやこ
今日はとても寒かったので「親子うどん」の
おかわり希望者がたくさんいました！
子どもたちは、とても大喜び★
さんしょく
残食もほぼ0でした！やったね🍴



2月17日(木)

せつぶん ひ こんだて どうじょう
★「節分の日献立」が登場★

こんだて
＜献立＞
ぎゅうにゅう かんとう に やさい あ
ご飯・牛乳・関東煮・あさりと野菜のごま和え

きゅうしょくしつない
給食室内も10℃！ということで
ゆげ しゃん と
湯気でうまく写真が撮れませんでした。



かんとうに かんさいちほう
関東煮とは、関西地方でのおでんの
よ かた はじ
呼び方です。おでんの始まりは、
や に た もの みそ
焼いたり、煮たりした食べ物に、味噌を
めった「味噌田楽」と言われています。



いま かんとうちほう
今のようなおでんは、関東地方でしようゆが
つく
作られるようになってからだそうです。
かんとうちほう かんさいちほう つた
おでんが関東地方から関西地方に伝わった
とき みそでんらく くべつ
時に、味噌田楽との区別をつけるため、
かんとうに よ
「関東煮」と呼ばれるようになりました！



2月18日(金)

こんだて <献立> やさい ひ こんだて
野菜の日献立

はん ぎゅうにゅう に おおばしゅんぎく
ご飯・牛乳・さばのごま煮・大葉春菊とキャベツのおひたし

しまさん しる
あいの島産わかめのみそ汁

きたきゅうしゅうし おおばしゅんぎく
★北九州市「大葉春菊」★



おおばしゅんぎく おも きたきゅうしゅうし さいばい ひんしゅ
大葉春菊は主に北九州市で栽培されている品種です！

しゅんぎく きく は は
春菊は菊の葉のように、葉のふちにギザギザとした切れ込みがありますが、

おおばしゅんぎく は かたち まる にくあつ にか すく どんちゅう
大葉春菊は葉の形が丸く、肉厚で苦みが少ないのが特徴です★

なべもの しるもの
そのため、鍋物や汁物だけでなく、サラダなど

なま た りょうり てき
生のまま食べる料理にも適しています！

