

給食の前には、しっかり手を洗いましょう!



【きせつ たべもの】



給食センターからこんにちは♪ #.10



給食センターでは市内の幼稚園・小学校・中学校12校園に給食を届けています。中でも中学3年生は春に卒業し、4月から給食を食べられなくなってしまいます。そこで中学3年生に卒業までにもう一度食べたい「リクエスト給食」のアンケートをとりました。2月、3月の給食には、リクエスト給食で上位のメニューがたくさん登場します。リクエストメニューには★印がついています。楽しみにしててくださいね。

<p>1(木) 福豆 ふくまめ(中)</p> <p>せつぶんデザート</p> <p>ひじきいりに いわしうめに</p> <p>ごはん おによけじる</p> <p>節分献立です。おによけ汁は、節分に欠かせない大豆を使った汁。お家でひらぎいわしをかざって魔除けを!</p>	<p>2(金) なためきチーズ(中)</p> <p>★フルーツゼリー</p> <p>★きなこあげパン(中) ★ごもくラーメン</p> <p>リクエスト給食を集めました。きなこ揚げパン&五目ラーメン&サイダーゼリーの入ったフルーツゼリー(★★★)</p>
--	--

5(月) はるさめサラダ ★エビチリ(小・中)

ごはん ★マーボー豆腐

給食の「マーボー豆腐」は、ほかでは味わえない味です。悔いのないようにいただきます。(★★)

6(火) シークワーサーゼリー(中)

ちりめんたくあん コーンしゅうまい

ごはん かんとうに

2月の関東煮にはうずら卵・ごぼ天が入っています。一人分の量は、「美味しいところ仕上げ」で決まります。

7(水) きりぼしだいこんのチャプチェ ★ひとくちやきいも

ごはん すいぎょうざいりスープ

今年のリクエスト給食に初登場したのが「ひとくちやきいも」。献立登場のきっかけは「おはなし給食」(★)

8(木) きんぴらごぼう ★さけの

ごはん ★さといものみそしる

「鮭のマヨネーズ焼き」「きんぴらごぼう」「みそしる」も人気メニュー。鮭を食べると骨や歯や頭にいい!(★★)

9(金) いちごジャム&マーガリン(中) クリスピーチキン

★ポテトサラダ (小・中)

★こめこパン ★コンソメスープ

例年パン部門1位は「揚げパン」2位は「米粉パン」。ポテトサラダ、コンソメスープも人気のメニュー。(★★★)

12(月) 休み! 休み!

テレビ 休日

13(火) プチレモンゼリー(中)

ブロッコリーのおかかあえ ★さばみそに

ごはん ★にゅうめん

主菜が魚、副菜・汁物のそろった和食の献立を人気メニューで組み立ててみました。残さずいただきます(★★)

14(水) ★チョコクレープ(中)

★あおのりポテトビーンズ

★キーマカレー

ごはん

リクエストの多かった「キーマカレー&あおのりポテトビーンズ&チョコクレープ」でHappy バレンタイン♡(★★★)

15(木) かんこくのり(中)

くきわかめサラダ ★ぶたキムチ(小・中)

ごはん スーミータン

リクエスト給食で、「豚肉のかりん揚げ」「手作りからあげ」の次に人気のメニュー「豚キムチ」。(★)

16(金) げんきヨーグルト(中)

ブルーベリージャム(幼・中)

ツナサラダ

ごはん トマトソーススパゲティ

ブルーベリーの栄養効果は視力回復・老化を抑制など...トマトソーススパゲティも他にはない給食の味。

19(月) はちみつだいず

ほうれんそうと しめじのあえもの ならのさといも

ごはん かつじる

19日は食育の日です。奈良育ちの野菜や食材を積極的に使っています。給食メモを見て下さいね

20(火) こまつなのナムル

ルーローはんのぐ

ごはん はるさめスープ

2月に使っているこまつなは葛城育ちです。地域や学校のまわりにある畑で育ったのかも?

21(水) ならまんじゅう 小:1 中:2

たかなちりめん

ごはん ★ぶたじゃがに

給食の豚じゃがに使う調味料は砂糖・しょうゆとだし汁。シンプルな材料で給食にしか出せない味が生まれます。(★)

22(木) げんきヨーグルト(中)

★うめこんぶあえ とりにくのてりやき

ごはん ★カレーうどん

2月に使っているキャベツも葛城育ちです。うめこんぶあえ・カレーうどんはリクエストメニューです。(★★)

天皇誕生日

26(月) プチアセロラゼリー

イタリアンサラダ スペインふう オムレツ(小・中)

ごはん ★ハヤシライス

スペイン風オムレツは、たまご・じゃがいも・たまねぎ・とりにく・ほうれん草を使った具だくさんのオムレツです。(★)

27(火) きよみオレンジ(中)

いんげんのごまあえ ★ぶたにくのかりんあげ

ごはん ★とうふのみそしる

みんなが大好きな「豚肉のかりん揚げ」。人気の秘密は、砂糖・しょうゆ・ごまをあわせたあまじょっぱいタレ?(★★)

28(水) デミグラス

にんじん しりしり(小・中)

ごはん けんちんじる

大豆ミートのハンバーグが給食に登場したきっかけも、「おはなし給食」です。来年はどんなメニューが登場するのかな?

29(木) やさいふりかけ

いそかあえ てづくりささみかつ(小・中)

ごはん とうにゅうスープ

西暦年数が4で割り切れる年がうるう年。その年の2月28日の次の日はうるう日

節分と行事食

イワシ

においでおに(わざわい)をはらうといわれています。

大豆

まめは魔滅(まめつ:わざわい)をはらうといわれています。邪気を払い福を呼び込むのが豆まき

ありがたいを感じる 毎日食事を作ってもらい、食べることができるのは当たり前ではありません。また、どんな人でも一人で生きていくわけではなく、陰で支えて下さっている人が必ずいるものです。人への感謝の気持ち、食べられることへの感謝の気持ちに後悔しない行動を心がけましょう。