

2月分給食もりつけ表

| 月(げつ) | 火(か) | 水(すい) | 木(もく) | 金(きん) |
|---|--|---|--|---|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | | | | |
| <p>「のっぺい汁」は、里芋や根菜などが入っています。全国で親しまれており、地域によって呼び名や具材などが異なります。</p> | <p>節分は、「一年間を健康に過ごせるように」と願いを込めて、「悪い物」を鬼として、豆を撒いて追い出す行事です。</p> | <p>ちくわは、魚のすり身にでん粉などを加えて、棒に巻き付けて焼いたものです。切り口が竹の輪に似ているため、「ちくわ」とよばれています。</p> | <p>「シチュー」は、フランスの煮込み料理のことをいいます。日本では、明治時代にレストランメニューで知られるようになりました。</p> | <p>「マーボー豆腐」は、中国の料理です。中国では唐辛子などの香辛料をたくさん入れた辛い物が多いですが、給食では食べやすい味付けにしています。</p> |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | | <p>けんこくきねんひ 建国記念の日</p> | | |
| <p>豆腐は、「畑の肉」とよばれる大豆を原料として作られており、良質なたんぱく質や脂質も多く含まれています。</p> | <p>さばなどの背の青い魚に含まれる脂には、血液をサラサラにする働きがあり、生活習慣病を防ぐ効果があります。</p> | | <p>「ジュリアンスープ」は、玉ねぎやにんじん、キャベツを千切りにしたスープです。「ジュリアン」はフランス語で女性の髪のように細いという意味があります。</p> | <p>わかさぎは、冬が旬の魚で、長野県や北海道など、寒い地方の湖とれます。骨もやわらかいので丸ごと食べることができます。</p> |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | | | | |
| <p>「一揆みそ」は、津市の白山町で作られている味噌です。地産産の大豆や一丈米、小麦を使って作られています。</p> | <p>「おでん」は、かつお節と昆布でとっただしに、さつま揚げや大根、こんにやくなどを入れて煮込んだ料理です。</p> | <p>「けんちん汁」は、精進料理です。肉や魚を使わず、大根やごぼう、人参などの根菜や、こんにやくや豆腐を入れたすまし汁です。</p> | <p>「あんぱん」は、「パン」という欧米から渡って来た食文化と、日本が作り出した「あん」を組み合わせて作った日本発祥のパンです。</p> | <p>「いかフライ」は、かみかみメニューです。しっかりとんで食べると、あごを動かす筋肉や歯ぐき、かむ力を強くします。</p> |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| <p>てんのうたんじょうび 天皇誕生日</p> | | | | |
| | <p>「ミートローフ」は、豚肉や牛肉のひき肉と、玉ねぎ、調味料などを混ぜ合わせて焼いて作ります。切り分けて食べることが特徴の肉料理です。</p> | <p>「ナン」は、インドやパキスタンなどで食べられている平たいパンです。表面はパリッと、中はもちもちした食感が楽しめます。カレーをつけて食べましょう。</p> | <p>きな粉は、大豆を炒って粉末にしたものです。加熱することにより、大豆の独特な臭みが抜けて、香ばしい香りになります。</p> | <p>なばなは、春の訪れを知らせてくれるアブラナ科の野菜です。茹でると甘味がでて、和えものやお浸しにするとおいしく食べられます。</p> |