

今週の給食

6/29~7/3



6月29日(月)

- ・ごはん
- ・マーボー豆腐
- ・春雨サラダ
- ・二色ゼリー
(ミルク・さくらんぼ)
- ・牛乳



♪さくらんぼ

「さくらんぼ」は、桜の木になる果実です。しかし、皆さんがお花見で見ているソメイヨシノには実らず、主にセイヨウミザクラやスミミザクラなどの木に実ります。

セイヨウミザクラが、日本に入ってきたのは、明治時代で、北海道に移植されたものが広まり東北地方で栽培が盛んになりました。



6月29日(火)

- ・ビスキュイパン
- ・ポトフ
- ・ポークチャップ
- ・マカロニサラダ
- ・牛乳



♪ビスキュイパン

丸いパンの上にビスケット生地をのせたビスキュイパンを作りました。ホットケーキミックスを使って作るビスキュイ生地は、失敗がなく手軽に作れます。

本校では、隠し味にいちごジャムをぬっており、これは、調理員さんが、ひとつひとつ手作業で行っています。



7月1日(水)

- ・ジューシー
- ・夏野菜のみそ汁
- ・豚肉のしょうが焼き
- ・青菜と切干大根の和え物
- ・牛乳



♪ジューシー

沖縄県の郷土料理「ジューシー」が登場しました。豚肉や海藻、野菜などを具にして、豚肉のゆで汁や昆布のだし汁で炊きこんだ炊き込みごはんです。冷えたごはんの活用方法として生まれたそうです。炊き込みごはんのことを「クファージュューシー」、雑炊になったものを「ポロポロジューシー」といいます。



7月2日(木)

- ・トマトラーメン
- ・揚げぎょうざ
- ・ナムル
- ・牛乳



♪揚げぎょうざ

給食献立の中でも、人気が高い「揚げぎょうざ」が登場しました。給食室で手作りしているため、直径14cmの大きなぎょうざの皮を使っています。

ぎょうざのあんには、キャベツをたっぷりに加え、脂質を摂りすぎないように工夫しています。



7月3日(金)

- ・ごはん
- ・けんちん汁
- ・あじの梅みそ焼き
- ・にんじんしりしり
- ・牛乳



♪にんじんしりしり

沖縄県の郷土料理「にんじんしりしり」。にんじんをたっぷり使っていますが、人気がある献立です。

「しりしり」とは沖縄の方言で、千切りをすることを意味します。沖縄県には、「しりしり機」という「にんじんしりしり」専用のスライサーが販売されています。

