

2月14日～28日の給食を紹介します！

令和4年3月7日

バレンタインデーこんだて！セレクトデザートでした！



2月14日(月)

- ・ピラフ
- ・パン粉のサラダ
- ・セレクトデザート オムレット
- ・牛乳
- ・コンソメスープ
- ・カスタードクリームかチョコクリーム

今日はバレンタインデーにちなんだセレクトデザートでした。手作りオムレットの中に入るクリームを選びました。オムレットとは、スポンジケーキの生地をうすく円形に焼いて、生クリームや果物をはさんだお菓子です。今回オムレットの中に入るクリームはカスタードクリームとチョコクリームの2つから選びました。セレクトの結果に大きな差はなく、カスタードもチョコレートも同じくらいの数でした。人数分円形に焼いた生地の上にカスタードクリームとチョコクリームをはさんでいきます。クリームがたっぷりではさむのも難しいくらいでした。



手作りのオムレットはふんわりとした生地で、たっぷり入ったクリームは丁度よい甘さでたくさん食べてしまいたくなるおいしさでした。子ども達もとてもおいしそうに食べていました。新しい物を作る時は毎回ドキドキしますが、子ども達が喜んでくれるととても嬉しいです。今日も真心込めて作られた給食をおいしく食べることができました。



大好評！魚のフリッターを食べました！



2月15日(火)

- ・ごはん ・牛乳 ・沖ギスのフリッター
- ・ほうれん草の朝地和え ・みそ汁
- ・じゃがいものカップ焼き

フリッターは、塩、こしょう、白ワインで下味をつけた魚に重曹を混ぜた衣をつけて油で揚げます。和食の天ぷらとはまた違うおいしさがあります。ふんわりとしていてジューシーな魚はとてもおいしいです。沖ギスは少し骨が大きいので、骨をきれいにとって食べる児童もいましたが、良く噛んで味わって食べている児童もたくさんいました。いろいろなメニューで魚のおいしさを知って欲しいです。

2月16日は寒天の日！粉寒天で作ったゆずゼリーを食べました！



2月16日(水)

- ・洋風ごはん ・牛乳 ・タンドリーチキン
- ・炒め野菜と厚揚げのスープ
- ・コールスローサラダ ・ゆずゼリー

今日は寒天の日でした。寒天は長野県が名産地です。2月16日にテレビで寒天の良さが放送されてからとても人気になり、この日を記念日にされたそうです。今日は本庄小手作りのゆずジャムを使って、さっぱりさわやかな寒天ゼリーを作ってもらいました。甘辛味のタンドリーチキンの後にピッタリでした。

大豆たっぷりかみかみかき揚げを食べました！



2月17日(木)

- ・ごはん ・牛乳
- ・すり大豆のかき揚げ
- ・にんじんしりしり ・豚肉と大根のみそ煮

今日は、大豆がたっぷり入ったかき揚げを食べました。大豆はそのままでなく、湯がいてからフードプロセッサーにかけて少し粒が残るくらいにつぶします。こうすることで他の野菜と一緒にたくさん大豆をとることができます。野菜のおいしさもありますが、大豆の甘さがあり、優しい味わいです。畑の肉とも言われる大豆で体を作るために必要なたんぱく質をしっかりとりました。

給食室手作り梅干しの和え物を食べました！



2月18日(金)

- ・ごはん
- ・小魚のから揚げ
- ・白菜の梅おかか和え
- ・牛乳
- ・五目煮豆
- ・みそ汁

今日は、給食室で作った梅干して和え物を作りました。6月に地元産の梅をいただいて梅干しを作り始めました。ゆっくり時間をかけて作られる梅干しは日本人が昔から大切にしてきた保存食の1つです。ごはんには合う梅干しですが、今日は白菜と一緒に梅を味わいました。小魚のから揚げは伊根から届けてもらった鰯で作りました。骨ごと食べられる鰯はサクサクでうまみたっぷりでした。

玉ねぎのうまみたっぷりハヤシライスを食べました！



2月21日(月)

- ・ハヤシライス
- ・ピクルス
- ・洋風春雨スープ
- ・牛乳

ハヤシライスにはたくさん玉ねぎが入っているので甘さがあり優しい味になります。今日は麦ごはんだったので、麦の食感も楽しみながらおいしくいただきました。春雨スープは中華スープに入れることが多いですが、今日は洋風スープに入れて食べました。つるつる食感の春雨は子ども達も好んで食べています。

新メニューのキャベツのメンチカツを食べました！



2月22日(火)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・スティック野菜
- ・切り干し大根の生姜酢和え
- ・キャベツのメンチカツ
- ・根菜たっぷりみそ汁

今日は、新メニューのキャベツたっぷりメンチカツを食べました。キャベツと玉ねぎ、豚ひき肉が入ったメンチカツはとても食べ応えがありました。キャベツはビタミンCを多く含み、かぜの予防に役立ちます。また、根菜もみそ汁にたくさん入れて体が温まる給食をいただきました。春はもうすぐですが、まだ寒い日が続いています。野菜をしっかりとり、子ども達には元気に過ごして欲しいと思います。

地元産の食材をたくさん使った一汁三菜めのびきランチ！



2月24日(木)

- ・ごはん ・お茶 ・さわらのみそ煮
- ・炊き合わせ ・和え物
- ・すまし汁 ・手作りようかん

今日は、地元産の食材をたくさん使った一汁三菜の和食給食でした。みそ煮はさわらが届いたので、少しあっさりめの味にしてくださいました。炊き合わせには、大根、にんじん、じゃがいも、えびいもがあり、食材はそれぞれ別に炊いてくださっているので、見た目もとてもきれいです。手作りようかんは朝から小豆を炊いて、あんこを作ってくださいました。本庄小ならではの手作り給食をおいしくいただきました。

冬野菜たっぷり！具たくさんミルクスープ！



2月25日(金)

- ・ごはん ・牛乳
- ・鶏肉の包み焼き ・大豆の付け合わせ
- ・冬野菜のミルクスープ

今日は冬野菜のミルクスープを食べました。スープには、地元産の白菜、かぶ、さつまいもが入っていました。地元産の「あやめゆき」というかぶは、甘味があり、スープに入れると柔らかくとてもおいしいです。給食でもあと少し、冬を味わいたいと思います。

埼玉県郷土料理！ゼリーフライを食べました！



2月28日(月)

- ・ごはん ・牛乳
- ・ゼリーフライ ・そえ野菜
- ・乾物のきんぴら ・みそ汁

今日は、埼玉県郷土料理、ゼリーフライを食べました。おからがたくさん入った衣のつかないコロケのような物です。小判型の形が小銭に似ていることから「銭フライ」と呼ばれるようになり、それが変化して「ゼリーフライ」と呼ばれるようになったそうです。給食週間に出したことのあるメニューで、子ども達もまた食べられることが嬉しそうでした。少しソースのかかったゼリーフライはごはんにもよく合いました。