

ランチタイム | 令和5年1月

1月31日(火)

フラワーロール ソース焼きそば ツナぎょうざ 杏仁豆腐 牛乳

★今日は、ツナ缶詰を使用しての手作り揚げ餃子です。



1月30日(月)

カレーライス こんにゃくサラダ キャンディチーズ 牛乳

★パンから始まった給食ですが、1976年に「ごはん」が登場します。主食がごはんになったことで、和食や中華など献立の種類が増えていきます。



1月27日(金)

子どもパン スpaghettiミートソース ほうれん草入りサラダ 牛乳

★今日はスパゲティですが、昔は「ソフト麺（ソフトスパゲティ式めん）」を給食で使用していました。援助の小麦粉を使用して学校給食のために作られた麺です。今では、料理によって麺の種類を変えるため、給食で出ることがなくなりました。



1月26日(木)

コーンわかめ ラーメン 手作りアメリカンドック いちご 牛乳

★戦後ご飯を食べたいと意見が出てきましたが、すぐには難しかったそうです。その時、アメリカから援助された小麦粉を使って麺を作ったことにより、給食に麺が出るようになりました。



1月25日(水)

砂糖揚げパン 白菜と肉団子のスープ ヨーグルト 牛乳

★戦後、アメリカからの援助が小麦粉だったため主食はコッペパンのみでした。当時の調理員さんが、硬くなってしまったパンを油で揚げて砂糖をまぶす「揚げパン」を考えだしました。



1月24日(火)

ごはん 鯖のおろしかけ 玉ねぎのみそ汁 キャベツの塩昆布和え 牛乳

★1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。学校給食の歴史を振り返り、学校給食への関心を高めることを目的としています。



1月23日(月)

ごはん 麻婆豆腐 中華風卵スープ 牛乳

★麻婆豆腐は、中国「四川」の料理です。四川料理は唐辛子や山椒を効かせた辛い味付けが特徴ですが、給食なので辛みは控えめです。



1月20日(金)

わかめごはん 鶏肉のみそだれ 大根の炒め煮 りんご 牛乳

★旬の大根を、豚肉、ニンジンと一緒に煮ました。大根の葉も少しはいついて触感が良いです。



1月19日(木)

バターロール 白身魚の香草焼き 野菜スープ ペンネのソテー 牛乳

★白身魚は「ホキ」を使用しました。白ワインやハーブを使用して味付けをしています。



1月18日(水)

しょうゆごはん おでん 大豆とじゃこの甘辛煮 白菜の即席漬け 牛乳

★今日の【おでん】は具材がたくさんです。こんにゃく、大根、じゃがいも、昆布、ウズラ卵等、全部で9種類です。



1月17日(火)

田舎うどん 大学芋 みかん 牛乳

★うどんのみそ味のつゆには、多くの具が入っています。豚肉、玉ねぎ、にんじん、大根、しいたけ、ねぎ、小松菜、油揚げ。材料表をみると、しょうがやにんにくも使っていました。一つの献立に、多くの食材が使用されています。



1月16日(月)

ごはん 豚肉の生姜焼き 豆腐とえのきのみそ汁 ブロッコリーとじゃがいものごま和え 牛乳



1月13日(金)

中華そば丼 チンゲンサイのスープ グレープゼリー 牛乳

★デザートはグレープゼリーは、「寒天」を使用して給食室で手作りしています。ゼラチンで作ることもできますが、暖かい部屋では溶けてしまうこともあるため、給食では寒天を使用します。



1月12日(木)

食パン いちごジャム クリームシチュー 大豆入りごまサラダ 牛乳

★シチューのホワイトソースは、じっくり時間をかけて焦がさないように慎重に弔慰しています。冬は暖かいシチューがとてもおいしく感じます。



1月11日(水)

ごはん 鯖の西京焼き 田舎雑煮 みかん 牛乳

★今日は3学期最初の給食です。今日は「鏡開き」のため、行事献立です。白玉粉で作ったお餅で、お雑煮を調理しました。

