

# ランチタイム | 令和5年2月

2月28日(火)

子どもパン スライス手作りコロッケ スラッピージョー ABCパスタスープ 牛乳

★今日は、パンにスラッピージョー（ミートソース）とコロッケを挟んで食べました。コロッケは、衣のサクッと、中のしっとりした食感でおいしく食べられました。



2月27日(月)

そばろ丼 のっぺい汁 牛乳

★のっぺい汁は、漢字で書くと「濃餅汁」となります。汁につけられたとろみが餅のように見えることがその名前の由来です。鶏肉と根菜（ごぼう・人参・大根・里芋）など、多くの具材を使用しています。



2月24日(金)

黒パン めるチーズ 白菜のチャウダー 大豆入りごまサラダ 牛乳

★チャウダーは、貝や野菜などの食材が入った、アメリカを代表する具だくさんのスープです。今日は、白菜の他にも鶏肉やにんじん、ジャガイモなど入っています。



2月22日(水)

ごはん 鯖の竜田揚げ いも煮 いやかん 牛乳

★今日の芋煮はみそ味です。里芋や豚肉、しいたけなど多くの野菜が入っています。



2月21日(火)

ごはん たれカツ 豆腐とえのきのみそ汁 からし和え 牛乳

★今日のたれカツは、勝負に「勝つ」をかけてから「験担ぎ」の意味をかけています。良い結果が再び起こるように、応援の意味を込めています。



2月20日(月)

きな粉揚げパン みそワタンスープ ヨーグルト 牛乳

★しょうゆ味の多いワタンスープですが、今日はみそ味。ワタンも手作りです。



## 2月17日(金)

ごはん ジャージャン豆腐 春雨サラダ 牛乳

★今日は中華風献立です。サラダも中華ドレッシングを使用しています。



## 2月16日(木)

フラワーロール しょうゆ焼きそば 肉団子のもち米蒸し ゼリーポンチ 牛乳

★肉団子は、ひき肉にみじん切りのしいたけや玉ねぎを混ぜて団子状にして、もち米をまぶしています。



## 2月15日(水)

きんぴらごはん とり天 白菜のみそ汁 牛乳

★ごはんには、豚こま、ごぼう、にんじん、糸こんにゃく、干しいたけできんぴらを作りご飯に混ぜました。とり天は、衣がさくさくとして食感も楽しめました。



## 2月14日(火)

千草うどん ココア蒸しケーキ いちご 牛乳

★バレンタイン献立です。千草うどんの人参や大根の一部が、ハート型になっていました。気が付きましたか？



## 2月13日(月)

カレーライス 切干大根のサラダ 型抜きチーズ 牛乳

★サラダは5つの野菜を使用しています。切り干し大根、こまつな、緑豆もやし、にんじん、コーンです。



## 2月10日(金)

ごはん 鯖のみそだれ焼き せんべい汁 おひたし 牛乳

★せんべい汁は、青森県の郷土料理です。鶏こま、ごぼう、にんじん、大根、しめじ、ねぎと一緒にせんべいを煮ました。寒い日には、暖かい汁で体が温まります。



## 2月9日 (木)

タンタンメン 手作り春巻き りんご 牛乳

★給食用の“タンタンメン”は低学年の子も食べるので、辛さ控えめの味噌味のスープでした。



## 2月8日 (水)

スタミナ丼 卵とコーンのスープ 牛乳

★スタミナ丼は、豚肉やにんにく、ニラ、玉ねぎを使用しています。ビタミンBや鉄分を多く含んでいる食材です。



## 2月7日 (火)

手作りカレーパン 野菜スープ はるか 牛乳

★今日のカレーパンは、給食室でカレーを作り挟んであげました。デザートのはるかが柑橘系のさわやかな甘みで、さっぱりとさせてくれました。



## 2月6日 (月)

ハヤシライス ブロッコリーサラダ ヨーグルト (イチゴ味) 牛乳

★今日のサラダは、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、コーンです。イタリアンドレッシングで味付けしました。



## 2月3日 (金)

わかめごはん いわしのから揚げ けんちん汁 福福豆 牛乳

★今日は「節分献立」です。



## 2月2日 (木)

ツイストパン マカロニのクリーム煮 コーンサラダ 牛乳



2月1日(水)

ごはん 鶏肉と野菜の黒酢あんかけ レンファータン 牛乳

★レンファータン(連花湯)は中華風かき卵スープです。卵が花のようにフワフワと浮いているように作りました。

