

# 2月給食だよ

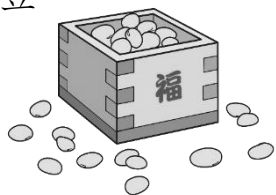
平成30年2月1日  
さいたま市立宮原小学校  
家庭数

厳しい寒さが続いています、体調は、いかがでしょうか？

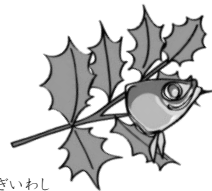
2月3日(土)は節分です。節分が終わると立春を迎え、暦の上では春がやってきます。節分の日には、門口に「柊鰯(ひいらぎいわし)」を飾ったり「豆まき」をししたりして、邪気をはらい、福を迎え入れましょう。

そのため、2月2日(金)は、節分の日に合わせて行事食にしました。

福豆



豆まき



ひいらぎいわし  
柊鰯

～ 節分献立 ～

麦ごはん  
牛乳  
いわしのかば焼き  
けんちん汁  
福豆

## 2月の献立から かんきつ類

いよかん

主に、愛媛県で生産されているため、愛媛県の昔の呼び名である「伊予の国」から「伊予柑」という名前がついたと言われています。ミカン類とオレンジ類の交雑種とされており、甘味が強く、酸味が控えめです。

ぽんかん

インド原産の柑橘です。ぼこぼこした見た目ですが、手で簡単に皮をむくことができます。独特の香りが特徴で、果汁は少ないですが、甘味がぎゅっと詰まっています。

ネーブルオレンジ

「ネーブル(Navel)」は「へそ」を意味します。底の部分のくぼみが、へそに似ていることから付けられた名前です。

清見(きよみ)オレンジ

静岡県静岡市清見地区で、「温州みかん」と「オレンジ」を掛け合わせて作られました。「清見(きよみ)」という名前は、育成地近くの海岸「清見潟(きよみがた)」、それを見下ろす「清見(せいけん)寺」というお寺から名付けられました。

## リクエスト給食

今月は、6年1組と2組の児童が考えた「リクエスト給食」を出します。各クラスでテーマを決め、献立の組み合わせや栄養バランスを考えてもらいました。また、来月は3～5組のリクエスト給食を出します。6年生にとって、給食の思い出の1つとなってもらえると幸いです。

23日(金) 6-1 インドカレーランチ  
26日(月) 6-2 日本のお昼ナンデス!!  
～日本の味をたんのうしよう～

詳細は給食予定献立表をご覧ください。

## バレンタインデー



毎年2月14日は、バレンタインデーです。日本では、女性が男性にチョコレートを贈ることが習慣になっていますが、外国では家族や友人などが、お互いにカードや花束、お菓子などを贈ります。日本のチョコレート会社が欧米のバレンタインデーの習慣を聞いて「バレンタインデーにはチョコレート」という広告を行ったことから、日本でバレンタインデーの習慣が始まったとされています。

給食では、2月14日に「マールチョコパン」「ハートのコロッケ」を出します。ご家庭では、チョコレート菓子を召し上がってみてはいかがでしょうか。

## 「地元シェフによる学校給食」を実施します

さいたま市では、学校における食育推進の一環として、地元で活躍されているシェフのプロデュースによる「地元シェフによる学校給食」を平成21年度から実施しています。

本校では、パレスホテル大宮 中国料理料理長 藤村政二シェフが提案したメニューを実施します。2月16日(金)の実施日には給食室で調理に参加するとともに、クラスで会食もしていただく予定です。

～シェフ給食献立～

あんかけチャーハン  
牛乳  
油淋鶏  
杏仁豆腐

～ 藤村政二シェフ プロフィール～

- パレスホテル大宮 中国料理 料理長
- 武蔵野調理師専門学校卒業後、銀座、上野のレストランや浅草にあるホテルで中国料理の修業をし、パレスホテル大宮の中国料理係として勤務。

## レシピ紹介！ ユーリンチー 油淋鶏

シェフ給食の献立から

材料(4人分)	
・鶏もも肉	300g
・生姜	1 かけ
・酒	小さじ2
・しょうゆ	小さじ2
・小麦粉	大さじ2
・片栗粉	大さじ5
・揚げ油	
・しょうゆ	大さじ2
・砂糖	大さじ4
・水	大さじ2
・酢	大さじ1と1/3
・ごま油	小さじ1
・生姜	1 かけ
・ねぎ	10 cm(30g)

作り方

- 鶏もも肉を8等分に切り、みじん切りにした生姜、酒、しょうゆで下味を付ける。
- Aを混ぜ合わせ、①の鶏肉に付ける。
- 油を180℃に熱し、②を5～6分揚げる。
- Bの生姜、ねぎはみじん切りにし、調味料と混ぜ合わせる。
- 揚げた鶏肉に、④のソースをかける。

☆給食では、千切りキャベツの上に盛り付けます。  
☆市販の鶏肉のから揚げに、④のソースをかけてもOK!

