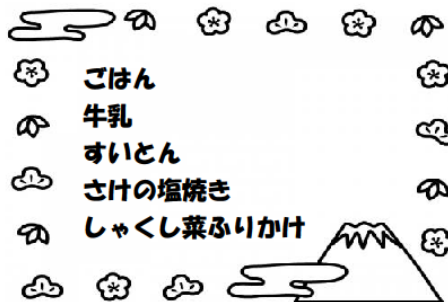


「全国学校給食週間」初日は、明治時代に給食がスタートした当時の献立をイメージしました。



1月24日 ランチインフォメーション



しゃくし菜は、標高が高い秩父地方で、白菜のかわりに作られてきました。「しやもじ」に似ていることから「しゃくし菜」と呼ばれています。白菜にはないシャキシャキとした食感で、漬物にすると歯切れがよく、きれいなつやが出ます。今日はしゃくし菜の漬物を炒めてふりかけにしました。残さず食べましょう。



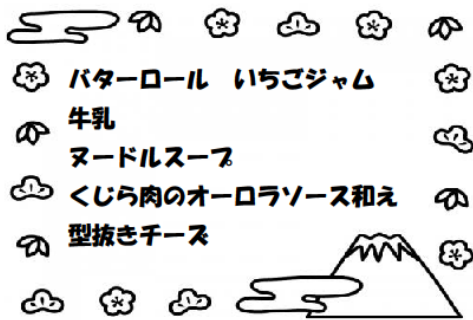
調理員さんから一言!

しゃくし菜ふりかけは、ちりめんじゃこやごまと一緒にしゃくし菜をよく炒めて作りました。

今日のアレルギー

牛乳：乳
すいとん：すいとん（小麦）、鶏肉、油揚げ（大豆）、こいくちしょうゆ（小麦、大豆）
さけの塩焼き：さけ
しゃくし菜ふりかけ：刻みしゃくし菜（小麦、大豆）、ごま油（ごま）、白いりごま（ごま）

1月29日 ランチインフォメーション



今日のくじら肉は、「ナガスクジラ」という種類のもので、体長20メートル以上、体重30トン以上もある大型のくじらで、世界最大のシロナガスクジラの次に大きいそうです。くじらは絶食状態で子育てをし、休むことなく数千キロを泳ぎ続けることができる、驚異的な生命力を持っています。そのような力を持つくじらの肉には栄養が豊富に含まれています。



調理員さんから一言!

くじらのオーロラソースは、ケチャップと白みそで作れ、くじらの竜田揚げとよく合います。

今日のアレルギー

バターロール：卵、乳、小麦、大豆
牛乳：乳
ノードルスープ：鶏肉、コンソメ（大豆、鶏肉、豚肉）
くじら肉のオーロラソース和え：くじら竜田揚げ（小麦、大豆）、彩花みそ（大豆）
型抜きチーズ：乳

くじら肉のオーロラソース和えは、くじらの竜田揚げにケチャップと白みそで作ったソースをからめて作りしました。1月24～30日の「全国学校給食週間」に合わせて、懐かしのメニューとして出されました。

