

ゆずと冬至

冬至にゆず湯に入る風習は、「冬至」を「湯治」とかけており、ゆずは「融通よくいきましょう」とかけたことに由来するそうです。

ゆずは、皮やしぼり汁が料理の香りづけによく使われますが、そのまま食べてもおいしいみかんの仲間です。ビタミンCやクエン酸がたっぷり含まれており、かぜの予防や疲労回復にも役立ちます。



12月のリピート希望料理・リクエスト料理を紹介します!

◆ 「皿うどん」(三中からのリクエスト 1日)

おかず容器に入っている野菜炒めの上に皿うどん麺を入れ、カップに入っている温かいあんをかけていただきます。あんをかけて少し待つと、パリパリの麺がしっとりとしてきます。

◆ 「スパゲティナポリタン」「ビーフシチュー」(一中、二中からのリクエスト 15日)

「スパゲティナポリタン」は、オリーブオイルやチーズの香りを生かして作ります。「ビーフシチュー」は牛肉のほか、じゃがいも、玉葱、人参などが入っている具沢山の汁物です。

◆ 「チョコタルト」(二中からのリクエスト 16日)

「チョコケーキ」のリクエストにお応えして、「チョコタルト」を提供します!



1月のおすすめ! 献立紹介

1月13日(水) ごはん **すき焼き** ひじきともやしのサラダ ミックスフルーツ わかめのすまし汁 ジョア

大阪府の国産農林水産物学校給食提供事業を利用した、**国産黒毛和牛肉**使用の「すき焼き」です。人気のジョアと組み合わせました。

1月25日(月)~29日(金) **世界の料理:スペイン・イタリア・中国・ロシア・韓国**

全国学校給食週間のテーマは、世界の料理です。スペインの「パエリア」、イタリアの「アマトリチャーナ」、中国の「マーボー豆腐」、ロシアの「ボルシチ」、韓国の「ヤンニョンチキン」が登場します。中学校給食で初めて使用する食材もあります。新献立に挑戦します!



給食フェス2020の**10食分無料提供**をまだ利用していない人は、ぜひ利用してね!
期限は令和3年3月の給食終了日です。**利用しなかった残金の繰り越し及び還付はありません。**