

# えいようだより

2026（令和8）年 1月

摂津市教育委員会

摂津市学校給食会

摂津市では毎年、給食週間のテーマを決め、献立を考えています。

今年のテーマは、「世界の料理」です。昨年（き）の4月（こんだて）～10月（かんが）まで大阪・関西万博（おおさか かんさいばんぱく）が開催（かいさい）されており、いろいろな国（くに）のことを知る機会（し きかい）が多（おほ）かったと思います。

27日（火）ハンガリー



paprikás「パプリカーシュ」

鶏肉（とりにく）をパプリカで煮込んだ料理（りょうり）です

農場（のうじょう）で誕生（たんじょう）し、数百年（すうひゃくねん）の歴史（れきし）があります

30日（金）中華人民共和国



八寶菜（はっぽうさい）「八宝菜」

肉（にく）や野菜（やさい）などを炒（いた）め、水溶（みずと）き片栗粉（かたくり こ）で

とろみ（とろみ）をつけた具（ぐ）たくさんな中華料理（ちゅうかりょうり）です

29日（木）大韓民国



양념치킨「ヤンニョムチキン」

揚げ（あ）た鶏肉（とりにく）に「ヤンニョム」という

コチュジャンベース（あまから）の甘辛（かんから）いタレ

をからめた料理（りょうり）です

28日（水）日本（大阪府）



・きつねうどん

うどん（うどん）の上に甘辛（かんから）く煮（あ）た油揚げ（あぶら あ）を

のせた（の）ものです

・しろな（しろな）の煮びたし

大阪（おおさか）しろなは、なにわ（でんとう やさい）の伝統（でんとう）野菜（やさい）で、

だし汁（だし）で煮（に）ています。

26日（月）ブラジル



feijoada「フェジョアーダ」

豆（まめ）と肉（にく）を煮（に）込んだ料理（りょうり）で、ブラジル

の国民食（こくみんしょく）と呼ば（よ）ばれています

## ☆☆☆フェジョアーダのレシピ（給食約4人分）☆☆☆

### <材料>

豚（ぶた）もも肉（にく）	60g	・フランクフルト	60g	・いんげん豆（まめ お）（蒸（お）し）	100g
・たまねぎ	240g	・にんじん	60g	・にんにく	4g
・塩（しお）	小さじ1/2	・こしょう	少々（しょうしょう）	・サラダ油（あぶら）	適量（てきりょう）
・濃縮（のうしゅく）スープ	320cc				

### <作り方>

フランクフルト…1cmに切る      たまねぎ・にんじん…小さめの角切り      にんにく…みじん切り

濃縮（のうしゅく）スープ…160ccスープを取（と）っておく

①鍋（なべ）に、サラダ油（あぶら）を入れ熱（ねっ）し、豚肉（ぶたにく）、にんにくを炒（いた）め、にんじん、たまねぎを加（く）え更（さら）に炒（いた）める

②①にスープ、いんげん豆（まめ）、フランクフルト、塩（しお）、こしょうを入（い）れ煮（に）込み、最後（さいご）に味（あじ）を調（と）えて仕（し）上げる

