

また食べたい

新しくメニュー入り!

2月の「リピート希望料理・リクエスト料理」を紹介します!

◆ 一中からのリピート希望 「フライドポテト」

じゃがいもを油で揚げて、塩こしょうをふった素朴なおいしさです。(5日)

◆ 一中からのリピート希望 「肉じゃが」

牛肉、じゃがいも、玉葱、にんじん、糸こんにゃく等を、だしと調味料で煮込みます。(6日)

◆ 五中からのリクエスト料理 「豚肉とじゃがいもの炊き込みご飯」

◆ 一中からのリピート希望 「鶏肉のから揚げ」

「豚肉とじゃがいもの相性が良く、しょうがの香りが食欲をそそりますよ」とおすすめ料理をリクエスト頂きました。鶏肉のから揚げは、塩こしょうのみのシンプルな味つけで作ります。(12日)

◆ 一中からのリクエスト料理 「チョコタルト」

「タルトケーキ」をリクエスト頂きましたので、チョコタルトをチョイスしました!(14日)

◆ 一中からのリクエスト料理 「メロンブチケーキ」

「大きなケーキ」をリクエスト頂きましたので、ひとくちで温かい気持ちになれるプチケーキをつけました!(21日)

◆ 一中からのリピート希望 「お好み揚げ」

お好み焼きに使う具材を、かき揚げにした料理です。ちくわ、桜えび、キャベツなどが入っています。(27日)

2月のおすすめ! 献立紹介

2月18日(月) 石狩ごはん どんこ汁...北海道の郷土料理です!



旬の

おすすめレシピ♪

「のっぺい汁」 ~1月10日の給食より~

【材料 4人分】

大根	40g (1/8 本)
にんじん	40g (1/2 本)
里いも	40g (1 個)
油揚げ	12g (1/2 枚)
青葱	12g (2 本)
片栗粉	小さじ 1
食塩	小さじ 1/2
薄口醤油	小さじ 2
料理酒	小さじ 1
だし汁	450 cc

【作りかた】

- ① 大根とにんじんは、いちよう切りにする。里いもは、皮をむき、下茹で後、厚めのいちよう切りにする。油揚げは短冊切りに、青葱は小口切りにする。
- ② だし汁に大根、にんじん、里いもを加えて煮る。火が通ったら、油揚げ、青葱を加える。
- ③ ②に塩、薄口醤油、酒を加え、味を調える。片栗粉を小さじ 1 の水で溶き、流し入れる。



体の温まる一品です!