



2月給食だよ

令和7年1月31日
さいたま市立大宮別所小学校
給食室

行事食

日本には、季節の節句や祝日の時に特別な料理や食材を使った行事食があります。作物が豊かに実るように、健康でいられるように、幸せが訪れるようにと願いを込めます。1月は、おせち、お雑煮、七草がゆなど最近では、生活様式の変化により行事食も簡易的になってきています。我が家の最近のお正月は、折敷膳を使ったおせちに変化し、お重でのおせちは最近食べていません。そう思っていたところ、本校業務主査の分須さんが、折り紙でおせちを作ってください、それぞれお料理の説明付き掲示物を作ってくれました。本物みたいです。1階中央廊下に飾ったところ、子どもたちも、真剣に見入っていました。

2月には、節分があります。給食では、節分にちなんで、福豆（大豆）、いわしを使ったメニューが登場します。

行事食は体調を崩しやすい季節の変わり目を賢く乗り切る『食の知識』でもあるそうです。先人たちが生み出してきた食の知恵を大切にしたいですね。



☆2月の献立について☆

- 3日（月）：2日の節分にちなんで、“いわし”を使った『いわしのかば焼き丼』と大豆を使った『鬼除け汁』福豆を使った『きなこ大豆』です。皆さんの福を呼び込みます。
- 4日（火）：**大宮別所小学校**の夏みかんです！！1月に収穫し、追熟しておいた夏みかんです。スッキリとした甘みのおいしい夏みかんです。
- 5日（水）：手作りの肉団子で『白菜と肉団子のスープ』を作ります。体が温まるほっこりスープです。
- 7日（金）：新メニュー『鶏ねぎゆず塩うどん』です。柚子果汁が効いたスッキリスープでうどんを食べます。ねぎをたっぷり使っているので、体を温めてくれます。
- 10日（月）：新メニュー『のりと玉子の中華スープ』です。のりが旨味をプラスしてくれて、いつもの中華スープがおいしさアップしています。
- 19日（水）：“食育の日”です。宮城県の郷土料理『油麩の卵とじ』です。油麩とは、宮城県北部に昔から伝わる食材です。子どもたちから年配の方まで幅広い年代の方に喜ばれる、地元ではポピュラーな料理です。
- 25日（火）：新メニュー『カツ玉丼』です。卵とカツが別々になっているので、カツのサクサクとした食感を楽しめます♪

つくってみませんか！【レシピの紹介】～給食献立より～ 『ごぼうと豆の甘辛揚げ』



〈材料4人分〉			
・ごぼう	100g	・しょうゆ	小さじ1
・かたくり粉	10g	・砂糖	小さじ2
・だいず（水煮）	70g	・みりん	小さじ1
・かたくり粉	15g	・はちみつ	小さじ1
・揚げ油	適量	・水	小さじ1

- 〈作り方〉
- ①ごぼう、だいずは、かたくり粉をまぶして油で揚げる。
 - ②調味料、水を加熱し、タレをつくる。
 - ③①、②を和える。

