

2021

2月分 給食よていこんだて

月	火	水	木	金
<p>今月の給食目標</p> <p>「後片付けを がんばりましょう」</p> 	<p>掛魚まつりは毎年、2月4日の立春の日に行われている、約300年の歴史があるまつりです。</p> <p>当日は厳寒の荒々しい日本海の金浦漁港に水揚げされた10kgもある寒タラを各船主が海上安全と大漁祈願を祈り、町内をねり歩き、金浦神社に奉納します。</p>	<p>掛魚(かけよ)まつり タラ祭り</p> 	<p>秋田の鱈汁のレシピ</p> <p>昆布で出汁をとり、いちよう切りした大根を煮ます。煮えたらタラの身やアラを入れ10分ほど煮込み味噌を入れます。煮込んだら火をとめて、ねぎを入れて、ふたをして蒸らしてできあがりです。しょうが汁を入れても身体がポカポカして温まりますので、おすすめです。タラ汁を食べてかぜを予防しましょう。</p>	<p>ハッシュドビーフ(由利牛)</p> <p>由利本荘市の大自然の中で飼育された黒毛和牛の肉と野菜を煮込んで作ったハッシュドビーフです。</p> <p>味わって食べてくださいね！</p>  <p>17日の まるごと秋田</p>

節分ってなあに？

2月2日は節分です。

節分は「季節の変わり目」ということで、春・夏・秋・冬のどの季節にも立春・立夏・立秋・立冬というように節分はあります。

季節は「春夏秋冬」というように1年の始まりは春になります。「これから始まる新しい年が不幸や災害の無い年になりますように」という願いを込めて一年に一度この時期に節分を行うようです。



今年の節分が2月2日なのはなぜ

実は、地球は太陽の周りを1周するのに、365日より長くかかっているのです。時間にするとおよそプラス5時間49分。もし「1太陽年」が365.25日であれば、4年に1度、366日となる「うるう年」を入れるだけでズレを修正できるのですが、「2422」という半端な数字のため、それだけではズレが解消できません。そのズレが積もっていった結果、節分の日が2月3日の前後に変わることが起きてくるのです。節分が2月2日になるのは明治30年、1897年以来実に124年ぶりの出来事なんです！

2月に美味しい旬の野菜




ユーリンチーの作り方

とり肉にお酒と塩・こしょうで下味をつける。片栗粉をまぶして油で揚げる。

長ねぎとにんにくはみじん切りする。しょうがはすりおろす。しょうゆ、酢、砂糖、ごま油を混ぜてソースを作る。

揚げたとり肉にソースをかけてできあがり。



1日

チキングラタン
とり肉・玉ねぎ
ブロッコリー
にんじん
マカロニ



野菜スープ
ベーコン
白菜・玉ねぎ
にんじん
もやし・ねぎ



752kcal

2日

マカロニサラダ
じゃがいも・玉ねぎ
にんじん・コーン
マカロニ・きゅうり



786kcal

3日

県産冬野菜カレー
ぶた肉・にんにく
だいこん・にんじん
じゃがいも・玉ねぎ
大豆・レンコン



887kcal

4日

ひじきごはん
とりもも肉・ひじき
にんじん・薄揚げ
枝豆・こんにゃく
しめじ・しょうが



808kcal

タラ汁
タラ・ねぎ
白菜
とうふ
大根



5日

カントンメン
チンゲンサイ
もやし・たけのこ
にんじん・玉ねぎ
白菜・しいたけ



815kcal

ぎょうざ
ぶたひき肉
にんにく
きゃべつ
ねぎ



2月分 給食よていこんだて

月	火	水	木	金
8日  フィッシュバーガー たら・たまご 玉ねぎ・レタス トマト  ミネストローネ ジャがいも・トマト ベーコン・玉ねぎ にんじん・きゃべつ マカロニ・パセリ  776kcal	9日  酢豚 ぶた肉・玉ねぎ しいたけ・にんじん たけのこ・ピーマン  春雨サラダ 春雨・きゅうり にんじん・コーン  852kcal	10日  もずくどんぶり 沖縄産もずく ぶた肉・ピーマン にんにく・にんじん しいたけ・しょうが  おからのサラダ おから・たまねぎ にんじん・コーン 枝豆  814kcal	11日 建国記念の日 	12日  焼きうどん うどん・ぶた肉 玉ねぎ・にんじん きゃべつ・ピーマン しめじ・もやし  大根サラダ 大根・きゅうり にんじん ジャがいも  835kcal
15日  ホットドック ウィンナー レタス 玉ねぎ  まめまめシチュー とり肉・じゃがいも 玉ねぎ・にんじん ブロッコリー 大豆・えだまめ  821kcal	16日  赤魚の甘味噌 赤魚・しょうが  高野豆腐の煮もの 高野豆腐・とり肉 にんじん・しいたけ いんげん・たけのこ  お浸し ほうれん草 にんじん・もやし  783kcal	17日 まるごと秋田メニュー  由利牛の ハツシユドビーフ 由利牛・玉ねぎ にんじん・にんにく しめじ・エリンギ トマト・チーズ  野菜サラダ きゃべつ・玉ねぎ にんじん・コーン ブロッコリー スープ  852kcal	18日  チキンカツ とりむね肉 しょうが・たまご きゃべつ・にんじん  ひじきの五目煮 とりもも肉・ひじき にんじん・うすあげ つきこん・しいたけ 枝豆・さつま揚げ  823kcal	19日  ほうれん草とベーコンの スパゲティー ほうれん草・ベーコン 玉ねぎ・きゃべつ・しめじ にんにく・にんじん チーズ  野菜サラダ きゃべつ にんじん コーン ブロッコリー  767kcal
22日  ポテトサラダ ジャがいも 玉ねぎ・コーン にんじん・枝豆 パン  ユーリンチー とり肉・にんにく しょうが・ねぎ レタス・水菜  828kcal	23日 天皇誕生日 	24日  炊き込みごはん ごぼう・にんじん 薄揚げ・しいたけ しめじ・とりもも肉 絹さや  タラの梅風味揚げ たら・梅干し 青じそ・たまご きゃべつ・にんじん  833kcal	25日  レンコンと 春菊のサラダ レンコン・春菊 にんじん だいこん  和風ハンバーグ とうふ・ぶたひき肉 玉ねぎ・たまご しめじ・しいたけ  825kcal	26日  五目ラーメン きゃべつ・もやし ピーマン・にんじん ぶた肉・たけのこ  野菜サラダ レタス トマト コーン 水菜  728kcal