

2月 給食豆知識

金山小学校

<p>今月は… 金山小学校 横田小学校 金山中学校 のみなさんからのリクエスト が登場します!</p>			<p>1日 スキー記録会</p> 	<p>2日 節分献立 2月3日は節分です。福豆、 鬼の苦手ないわしを食べて、 1年の邪気を払いましょう。</p>
<p>5日 たまご焼き 金山町給食のたまご焼き は、具材がたくさんで、リクエ ストが多いおかずのひとつで す。</p>	<p>6日 かみかみ献立 リクエストメニューで1番人気 なのがパリパリサラダでした。 よくかんで食べてください。</p>	<p>7日 コッペパン 昔はご飯を炊く設備がなか ったことからご飯ではなく、コ ッペパンが主食の中心でし た。</p>	<p>8日 宮城県 宮城県特産食材を使ったメ ニューです。油麩はどんぶり の具に、温麺は汁物に入れ ました。</p>	<p>9日 五目ごはん 食感、食べごたえを出し、腹 もちを良くするために、もち げんまいが入っています。</p>
<p>12日 建国記念日 振替休日 振替休日</p>	<p>13日 コーンポタージュ 汁にとろみがついており、こぼ れにくくなっています。玄米が 入っていて食べごたえがあり ます。</p>	<p>14日 チゲスープ 香辛料や発酵食品で体が温 まります。寒い時期にぴったり のスープです。</p>	<p>15日 青森県 青森県の津軽地方のおでん はみそ味が有名です。しょう がが入って体が温まります。</p>	<p>16日 からあげ リクエストメニューでも人気の ある、からあげです。給食で はカリカリになるよう、かたくり 粉を使っています。</p>
<p>19日 りっちゃんサラダ 様々な食材が入ったサラダ です。かつお節のうま味も味 わってほしいです。</p>	<p>20日 赤カボチャ 町の特産品赤カボチャを使 った人気メニューです。味も 色彩も楽しめるコロッケです。</p>	<p>21日 デザート 栄養を補うためにデザートが つくことがあります。デザートで 気分も楽しくなるとうれしいで す。</p>	<p>22日 ニョッキ 以前、赤カボチャのニョッキ でしたが、今日はじゃがいもで 作りました。食感を楽しんでく ださい。</p>	<p>23日 天皇誕生日 祝日</p>
<p>26日 たまご たまごの栄養は良質なたん ぱく質で、さらにビタミン C 以外のビタミンやミネラルを 全て含んでいます。</p>	<p>27日 とうふ 豆腐は木綿と絹があり食感 が違うのが特徴です。給食で はカルシウムが多い木綿 豆腐を使っています。</p>	<p>28日 受験応援献立 語呂合わせや縁起の良い食 べ物で受験生にエールを送り たいと思います。</p>	<p>29日 さけ 白身の魚に分類されます。 食べているエサにアスタキサ ンチンという色素が入ってい るので身が赤く見えます。</p>	