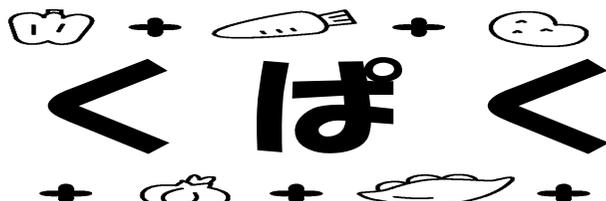


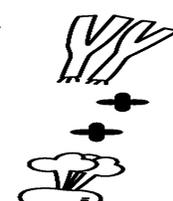
ぱ



く ぱ く

2月号

守山市教育委員会
令和8年2月発行



節分献立



2日(月)小学校・中学校

2月3日は「節分」です。節分とは、「節(季節)を分ける」という意味で、各季節が始まる立春・立夏・立秋・立冬の前日をさします。昔、日本では、春が一年の始まりとされていたため、春の節分が行事として残ったと言われていました。かつて、季節の変わり目には悪いことが起こると考えられていました。そのため、豆まきをしたり、いわしの頭をさした柵を家の門に飾ったりと、厄払いをする風習があります。

給食では、「いわしのかば焼き」と、炒り大豆を使った「きなこ豆」が登場します。

守山の日

4日(水)、9日(月) 小学校
9日(月)、18日(水) 中学校

今月の「守山の日」は、守山市の特産品である「守山ほたる葱」、「美崎だいこん」と、守山市産のなばな、大根、にんじん、ほうれん草を使用します。守山ほたる葱は、太くて短い白ねぎで、強い甘みが特徴です。ホタルを守るため、できるだけ水を汚さない減農薬で栽培されています。美崎だいこんは、美崎地区特有のやわらかい砂地で作られるため、まっすぐ育ち、みずみずしく甘いのが特徴です。なばなは、少し苦味のある野菜です。



滋賀の日



16日(月)、20日(金)小学校・中学校

ほんもろこは琵琶湖の固有種で、コイ科の魚です。冬にとれるほんもろこは「寒もろこ」とも呼ばれ、身がしまり、脂がのっています。焼いて酢味噌をつけたり、天ぷらや南蛮漬けにしたりして食べられます。給食ではから揚げにします。

滋賀県産野菜のみそ汁には、滋賀県でとれた大根と小松菜、守山市でとれたはくさい菜を使います。

近江牛は、400年以上の歴史をもつブランド牛で、柔らかい肉質、甘い脂、特有の香りなどが特徴です。今月は、近江牛の入ったカレーを提供します。

もーいもりの日

テーマ 「豆を食べよう」



17日(火)小学校、24日(火)中学校

今月の給食には、大豆や大豆の加工品、様々な豆を使用しています。豆類は、炭水化物、たんぱく質、ビタミン、ミネラル等の栄養素をバランスよく含み、食物せんいも豊富です。

三色豆のシャリシャリ揚げは、ひよこ豆、金時豆、グリーンピースに片栗粉をまぶして揚げ、塩で味付けします。豆が苦手でも食べやすいと人気のメニューです。スープには、大豆から作られた豆乳を使います。豆乳を入れることで、コクやうまみが増します。

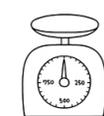
全国味めぐりの日(新潟県)

27日(金)小学校・中学校

新潟県は中部地方に位置しており、日本有数の豪雪地帯です。米作りに適した地形と気候で、コシヒカリなど品質の高い米が栽培されており、生産量は全国一位です。



「タレカツ丼」は、昭和初期ごろに誕生し、新潟県全域で親しまれている丼ぶりです。甘辛いしょうゆだれを絡めた薄めのトンカツを、ごはんの上にのせています。「いもみそ」は、里芋の生産量が多い五泉市の郷土料理です。里芋をだし汁と味噌で煮た料理で、秋に里芋が採れると各家庭で作って食べるそうです。「けんちゃん汁」は、きのこや野菜、練り物、豆腐などが入った具だくさんの汁ものです。



今月の献立から



** ホキのピザ焼き **

材料 (4人分)

ホキ(白身魚).....4切
酒.....適量
じゃがいも.....1個(100g)
ピーマン.....2/3 個(20g)
ケチャップ.....大さじ1・1/2
ピザ用チーズ.....20g

作り方

- ① ホキに酒で下味をつける。
- ② じゃがいもは皮をむいて5mm厚のいちよう切り、ピーマンは細切りにする。
- ③ ホキの上にケチャップ、じゃがいも、ピーマン、チーズをのせて、220℃に予熱したオーブンで15分程度焼く。(またはフライパンで焼く。)

給食では、角切りのホキと食材を混ぜて、カップに入れて焼きます。