

6月27日の給食

投稿日時：06/27 [abiko1](#) カテゴリ:

我孫子産野菜の日

【牛乳 白樺派のカレーライス 和風サラダ 小魚アーモンド 小玉すいか】



←校内展示の様子

今日は、我孫子市のご当地グルメ『白樺派のカレー』です。明治時代、我孫子には武者小路実篤や志賀直哉、柳宗悦などの「白樺派」と呼ばれる文人が住んでいました。白樺派の中心人物であった柳宗悦の家で振る舞われたのが白樺派のカレーです。白樺派のカレーは、国産の野菜と肉を使うこと、C&Bというカレー粉を使うこと、隠し味に味噌を使うことが特徴です。

今日の白樺派のカレーには我孫子産野菜を使っています。今日の我孫子産野菜は、じゃがいも、玉葱、トマト、ズッキーニです。給食のお米は、我孫子産コシヒカリを使い、毎回給食室で炊いています。食べることで我孫子の味『白樺派のカレー』を伝えていきましょう。

本日の我孫子産食材：米 じゃがいも 玉葱 トマト ズッキーニ

本日の千葉県産食材：牛乳 鶏肉 人参 小玉スイカ

6月26日の給食

投稿日時：06/26 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 麦ご飯 レバーと芋のヤンニョム風 小松菜とコーンのお浸し 油揚げとキャベツのみそ汁 オレンジ】



ヤンニョムとは、韓国の合わせ調味料のことです。コチジャンや、しょうゆ、ごま油などを混ぜ合わせて作ります。ヤンニョムチキンが有名です。今日の給食では、レバーやじゃがいも、さつまいもなどからめました。ご我孫子市でとれたお米と甘辛い味がよく合います。よく噛んで食べましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳 さつまいも じゃがいも キャベツ 人参

6月25日の給食

投稿日時：06/25 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 ツナピラフ スパニッシュオムレツ アルファベットスープ バナナ】



スパニッシュオムレツはスペイン風の卵焼きで、「トルティージャ」とも呼よばれます。じゃがいもなどのさまざまな具材を加え、フライパンで丸く焼くのが特徴です。給食では鉄板に卵液を流し、約500人分をオーブンで焼いて四角く切っています。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:人参 じゃがいも キャベツ 鶏肉 たまご

6月24日の給食

投稿日時 : 06/24 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 ちゃんぽんうどん お好み焼き ガリバタ風ポテト ひとくちリンゴゼリー】



今日の給食はお好み焼きです。お好み焼きの始まりは「一銭洋食」と呼ばれていた子どものおやつだったそうです。それが、戦争が終わって、食べる物が無い時代、とりあえず手に入る材料で作る食べ物として大人も食べるようになりました。好みの具を入れて焼くようになり、「お好み焼き」とよばれるようになったそうです。今日の給食では、キャベツや豚肉、さきいかなど沢山の材料が入っていえよう満点です。しっかり食べましょう。

本日の我孫子産食材：

本日の千葉県産食材：牛乳 人参 ねぎ じゃがいも

6月23日の給食

投稿日時：06/23 [abiko1](#) カテゴリ：

【牛乳 鶏ごぼうご飯 揚げだし豆腐 具たくさんみそ汁 ココアアーモンド】



揚げ出し豆腐は、豆腐に片栗粉や小麦粉をつけて油であげ、あんをかけて食べる料理です。豆腐は、中国うまれの食べ物です。日本へは奈良時代に伝わりました。日本で「腐」という漢字はあまりいい意味で使われませんが、中国で「腐」は「ぶよぶよした」「やわらかく固まったもの」という意味で使われます。豆腐には成長に欠かせないたんぱく質やカルシウムがたくさん入っています。しっかり食べましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳 こねぎ じゃがいも 鶏肉

6月20日の給食

投稿日時 : 06/20 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 わかめごはん 鶏肉と野菜のごま煮 かき玉汁 小魚アーモンド 冷凍みかん】



『開けごま!』という呪文を知っていますか?この呪文のごまは食べる「ごま」のことです。ごまは熟すと、さやが自然とさけて種がこぼれ落ちることから、この言葉が生まれたそうです。他にも「ごまかす」という言葉があります。どんな食べ物でも「ごま」を使えばおいしく食べられることから生まれた言葉です。ごまは1粒1粒は小さいですが、栄養がギュッとつまっています。ごまも残さずに食べましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳 じゃがいも とりにく たまご

6月19日の給食

投稿日時 : 06/19 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 麦ご飯 揚げ餃子 切り干し大根のナムル 五目スープ バナナ】



餃子は、中国の料理で、昔から食べられていました。中国では、年越しや正月など、おめでたい時に食べるそうです。日本では焼き餃子が多いですが、中国では、水餃子といって、茹でてタレをつけて食べることが多いようです。今日の給食では、油で揚げた『揚げ餃子』にしました。我孫子産のご飯とよく合います。よくかんで、食べましょう。

本日の我孫子産食材: 米

本日の千葉県産食材: 牛乳 ねぎ

6月18日の給食

投稿日時 : 06/18 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 枝豆入り肉味噌丼 千切り野菜のすまし汁 小魚アーモンド マスカットゼリーのフルーツポンチ】



アーモンドは、アジア西南部が原産地で、アメリカのカリフォルニア州など、暖かくて湿度が低いところで栽培されるようになりました。アーモンドは桃や梅と同じ仲間です。梅干しの種のような殻を割って中身を取り出し、揚げたり炒ったりして食べます。アーモンドに多く含まれるビタミン E は、肌や血管、細胞などを老化から守ってくれる働きがあります。しっかり食べましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳 鶏肉 ねぎ 玉葱 じゃがいも

6月17日の給食

投稿日時 : 06/17 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 黒糖パン たらのクリームソース焼き ジャーマンポテト ウェーブワンタンスープ 晩柑】



アーモンドは、アジア西南部が原産地で、アメリカのカリフォルニア州など、暖かくて湿度が低いところで栽培されるようになりました。アーモンドは桃や梅と同じ仲間です。梅干しの種のような殻を割って中身を取り出し、揚げたり炒ったりして食べます。アーモンドに多く含まれるビタミン E は、肌や血管、細胞などを老化から守ってくれる働きがあります。しっかり食べましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳 鶏肉 玉葱 じゃがいも ねぎ 米粉

※本日は、甘夏の予定でしたが、仕入れの状況により、晩柑に変更になりました。

6月16日の給食

投稿日時 : 06/16 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳 野沢菜チャーハン 切り干し大根のスープ スイートポテト春巻き】



野沢菜は、高菜、広島菜と並ぶ日本三大漬菜の一つで、長野県の野沢温泉で作られたのが始まりとされています。大根やキャベツと同じ仲間で、冬に旬を迎えます。漬物にして食べることも多いですが、炒めておやきの具になったりもします。今日の給食では、漬物の野沢菜を刻んで炒め、ごはんに混ぜました。我孫子産米ととてもよく合います。よくかんで食べましょう。

本日の我孫子産食材：米

本日の千葉県産食材：牛乳 ねぎ キャベツ 玉葱 さつまいも