

2月のこんだて表



令和6年度
いさなご小学校

月	火	水	木	金
3日	4日	5日	6日	7日
- ごはん - とりにく 鶏肉のアップル ジンジャーソース - やさい 野菜とベーコンの ソテー - さつまいものスープ	- ごはん - イワシのかば焼き - はくさい 白菜としめじの おひたし - とうふ 豆腐のみそ汁 - くろまめ 黒豆の砂糖がらめ 節分	- ごはん - チーズタッカルビ - はるさめ 春雨サラダ - わかめスープ 世界の料理 韓国	- ごはん - けんちん煮 - たま 玉ねぎとツナの 炒め物 - いよかん	- ごはん - チキンみそかつ - キャベツの おかか和え - さわにわん 沢煮椀
10日	11日	12日	13日	14日
- ごはん - ぶたにく 豚肉のかりと揚げ - だいこん 大根サラダ - コンソメスープ	建国記念日	- もりもり切り干大根 入り豚丼 - じゃがいもの しょうゆドレッシング - 高野豆腐と野菜の スープ	- ごはん - サバの塩焼き - うの はな いり煮 卵の花の炒り煮 - さつまいものみそ汁	- カレーライス - ツナサラダ - チョコプリン バレンタイン
16日(日)	18日	19日	20日	21日
- ごはん(特裁米) - とりにく 鶏肉のからあげ - キャベツの 昆布いため - はるさめ 春雨スープ PTA 年度末総会	- ごはん(特裁米) - ぶたにく 豚肉と大根のうま煮 - はくさい 白菜の香味炒め - りんご	- じんば 神葉ごはん (特裁米) - ちくわの照り煮 - ほうれん草の 磯香和え - 豚汁 たんご・食の日	- ごはん(特裁米) - あつあ 厚揚げのみそ炒め - 麩のすまし汁 - おさつスティック	- ごはん(特裁米) - たまご 卵のカレーカップ - もやしのナムル - ちゅうか 中華スープ
24日	25日	26日	27日	28日
天皇誕生日 振替休日	- ツナとにんじんの ごはん - きりぼしだいこん 切り干大根と豚肉の 炒め物 - こんにやくのおかか煮 - かきたま汁	- ごはん - こうや 高野でマーボー - キャベツの ごま酢和え - レモンゼリー	- ごはん - サワラの竜田揚げ - そくせきづ 即席漬け - 呉汁	- むぎ 麦ごはん - ササミのチリソース - ごぼうチップス サラダ - キャベツのスープ

2月4日 節分献立

4日は節分にちなんで、「イワシ」と「黒豆」を使った献立です。

なぜイワシや大豆が節分には出てくるのでしょうか。イワシは、鬼がその臭いが嫌いなので、イワシの頭をヒイラギの枝にさして戸口に立てておいて鬼が家に入ってこれないようにしていました。さらにヒイラギのとげで鬼の目をさして追い払うという意味もありました。魔を滅する（滅ぼす）ものという意味の語呂合わせから、豆、つまり大豆がまかれるようになったと言われています。「鬼は外!福は内!」と言いながら豆まきをすると鬼（邪気）を追い払い、福を呼び込むことができるとされ、現在でも続いています。これらの行事の食べ物にも健康で幸せに暮らしたいという願いがこめられていたのですね。



2月15日 世界の料理・韓国「チーズタッカルビ・切干大根ナムル」メニュー

クイズです。「チーズタッカルビ」を作るには「ある調味料」が欠かせません。次のうちどれでしょう。

- ① トウバンジャン ② コチュジャン ③ ケチャップ

正解は②の「コチュジャン」です。聞きなれない調味料かもしれませんが、トウバンジャンと違って辛味はそこまで強くなく「唐辛子味だけど、甘味のあるみそ」といった味です。チーズタッカルビ以外にも、ビビンバや焼き肉のタレなどに使われます。給食では食べやすいよう紙カップに入れていますが、もともと「タッカルビ」という料理は鉄鍋（てつなべ）という鉄板のような鍋を使い、鶏肉や野菜を炒めて作る料理です。韓国語で「タッカルビ」は「鶏の骨のまわりの肉」という意味で、韓国では屋台などで食べることもできます。

そんな「タッカルビ」にチーズをたっぷりかけたのが「チーズタッカルビ」です。韓国料理のタッカルビを、日本人が独自にアレンジした料理とされています。



2月14日 バレンタインデーメニュー

バレンタインにちなんだデザートです。

14日は、バレンタインデーにちなんで、給食でもココアを入れたチョコプリンを作ります。



2月19日 「たんご・食の日」の献立

毎月19日は「食育の日」です。京丹後市でとれた食材を積極的に使い、地産地消を進めています。

今月は「特別栽培米」「ジンバ」「にんじん」「はくさい」「だいこん」「ほうれん草」「ねぎ」「牛乳」が市内産の食材です。ごはんは京丹後市産の「特別栽培米」のコシヒカリです。地域でとれた食材の良さを、給食を通じて感じましょう。

【神葉ごはん】

神葉はホンダワラという海藻の丹後での呼び方です。米俵のような形の気胞を持つので豊作や子宝に恵まれることにつながり、縁起が良いと考えられています。そのため、お正月の飾りや結婚式の料理にも使われることがあるそうです。給食では磯の香りの炊き込みごはんにします。

