令和６年度　２月のこんだて

京丹後市立かぶと山小学校

3日（月）	4日（火）	5日（水）	6日（木）	7日（金）
①ごはん ②鶏肉のアップルジンジャーソース ③野菜とベーコンのソテー ④さつまいものスープ ⑤牛乳	①ごはん ②イワシのかば焼き ③白菜としめじのおひたし ④豆腐のみそ汁 ⑤黒豆の砂糖がらめ ⑥牛乳　【節分】	①ごはん ②チーズタッカルビ ③春雨サラダ ④わかめスープ ⑤牛乳 【世界の料理・韓国】	①ごはん ②けんちん煮 ③玉ねぎとツナのいため物 ④いよかん ⑤牛乳	①ごはん ②チキンみそカツ ③キャベツのおかか和え ④沢煮椀 ⑤牛乳
10日（月）	**11日（火）**	**12日（水）**	**13日（木）**	**14日（金）**
①ごはん ②豚肉のかりんとあげ ③大根サラダ ④コンソメスープ ⑤牛乳	建国記念の日	①もりもり切干大根入り豚丼(新) ②じゃがいものしょうゆドレッシング ③高野豆腐と野菜のスープ ④牛乳	①ごはん ②サバの塩焼き ③卵の花のいり煮 ④さつまいものみそ汁 ⑤牛乳	①カレーライス（麦） ②ツナサラダ ③チョコプリン ④牛乳 【バレンタイン】
16日(日)【授業参観日】	**18日（火）**	**19日（水）**	**20日（木）**	**21日（金）**
①ごはん(特栽米) ②鶏肉のからあげ ③キャベツの昆布いため ④春雨スープ ⑤牛乳	①ごはん(特栽米) ②豚肉と大根のうま煮 ③白菜の香味いため ④りんご ⑤牛乳	①神葉ごはん(特栽米) ②竹輪の照り煮 ③ほうれん草の磯香和え ④豚汁 ⑤牛乳【たんご食の日】	①ごはん(特栽米) ②厚揚げのみいため ③ふのすまし汁 ④おさつスティック ⑤牛乳	①ごはん(特栽米) ②卵のカレーカップ ③もやしのナムル ④中華スープ ⑤牛乳
24日（月）	**25日(火)【わかば学級リクエストこんだて】**	**26日（水）**	**27日（木）**	**28日（金）**
振替休日	①ごはん ②鶏肉のからあげ ③納豆みそ ④ゆかりあえ ⑤かきたま汁 ⑥セレクト飲み物	①ごはん ②高野でマーボー ③キャベツのごま酢和え ④レモンゼリー ⑤牛乳	①ごはん ②サワラの竜田揚げ ③即席づけ ④ご汁 ⑤牛乳	①麦ごはん ②ササミのチリソース ③ごぼうチップスサラダ ④キャベツのスープ ⑤牛乳 【歯の日】

4日(火)【節分こんだて】

節分にちなんで、「イワシ」と「黒豆」を使ったこんだてです。

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。

炒った大豆を「鬼は外、福は内」と唱えながらまき、邪気をはらいます。その後自分の年の数だけ豆を食べて1年の無事を祈ります。給食では、黒豆の砂糖がらめを出します。黒豆も大豆の仲間です。よくかんで食べて健康を祈りましょう。

5日(水)【世界の料理・韓国】

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。つぎ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「唐辛子だけど、甘みのあるみそ」といった味です。