

2

## 月 給 食 献 立 配 膳 図



## 1・2年生用

給食配膳の参考にしてください。一口メモなども読んでくださいね。

2(月) 3年4組リクエスト	3(火) 節分の日メニュー	4(水) 栃木県の郷土料理	5(木)	6(金)
今日は、3年生のリクエスト給食が6回行われます。今日は3年4組が考えた【Mrs.Kurihalunch】です。ポイントは、サイゼリア風のドレッシングを使っていることです。ピンク色でクリーミーなドレッシングは、食欲がそぞられま	今日は、節分の日メニューです。鬼（嫌なこと）に豆をぶつけて追い払い、福（良いこと）を呼び込む、節分は昔から行われている伝統行事です。 いわしの焼いた煙で鬼を追い払うことができるとも言われているため、今日はいわしが提供されます。	今日は、栃木県の郷土料理『しもつかれ』は、初午（お稲荷さんの誕生日）に稲荷神社にお供えする料理として伝えられています。今は苦手でも、子ども時代にいろいろな味を経験すると、将来、美味しいさの幅が広がり、食を楽しむことができます。ぜひ一口は食べてみましょう。	今日は、北海道祭り！サーモンはもちろんのこと、道産子汁まで提供されます。道産子とは【北海道で生まれたもの】という意味があり、今日の味噌汁には、北海道で多く生産されている、じゃがいも・バター・コーンを使います。	豚丼の具は、しっかりした肉質のもち肉と、脂の旨味をたっぷり含んだバラ肉を使っています。豚丼は、日本で生まれた料理です。いくらでも、どんどん、食べられるって言うくらい、美味しいです。
9(月) 3年6組リクエスト	10(火) 3年2組リクエスト	11(水)	12(木) R7トマト料理コンクール入賞作品メニュー	13(金)
今日は、3年6組のリクエスト【まことちゃん給食】です。 推しメニューは、みんな大好き、わかめご飯と大学いもです。この組み合わせはもう、言葉では言い表せません。	今日は、3年2組のリクエスト【今日だけはチートDay!!】メニューです。いつも頑張っている自分へのご褒美って大切ですね。とんかつにカレールーをかけて食べてみましょう♡	建國記念の日	切干大根は煮物だけでなく、スープにも使えます。スープのうま味が、大根に染みたっています。骨や歯の健康な成長を促してくれるカルシウムたっぷりです。 今日の揚げパンは、米粉パンを使います。もっちり、うれしい。	今日は、隠れバレンタインメニューです。それは、かわいらしいハート型オムレツです。ハヤシチューと共に食べてみましょう。 そして、自分のぽんかんが、極甘なのか、甘酸っぱいのかは、食べてみてからのお楽しみです。
16(月) 3年5組リクエスト	17(火)	18(水)	19(木) 学校保健給食委員会	20(金) 地域協議会試食会
今日は、3年5組のリクエスト【うがちゃんランチ】です。 押しメニューは、何といっても鶏の唐揚げです。給食の唐揚げの味付けには、にんにく・しょうが・ごま油・砂糖・しょうゆを使います。家でもぜひ、作ってみてください(*^▽^*)。	美味しいからと言って、カレーは飲み物！のように食べず、よく噛んで味わって食べましょう。泉が丘中のカレーは、歩く高級芸術品です。絶対曲げないこのフライド～と言つて調理員さんは作っています。	チリソースは、にんにく・生姜を炒め、砂糖・しょうゆ・ケチャップ・ねぎ・豆板醤を加えて作られます。チリソースがたっぷりかかっていると、ぱっちり美味しい。ということは、美味しいかどうかを決めるのは、給食当番じゃん。	学校保健給食委員会では、泉が丘中の生徒のみなさんの健康面について、先生方と医師・薬剤師・保護者の方々で話し合います。 1日3食毎日食べる、好き嫌いなく食べる、正しい食事のマナーを身に付ける・・・。みなさんはできているかな？	煮物に、砂糖忘れてるようじゃ、無理か～。砂糖はね、入れとかないと(*・ω・*) 砂糖には、食材のうま味を引き出したり、味を染み込みやすくしたりする効果があります。里芋の中華そぼろ煮には、1人2gの砂糖を使っています。
23(月)	24(火) 3年1組リクエスト	25(水)	26(木) 3年3組リクエスト	27(金) 宮っ子ランチ(にら)
天皇誕生日	今日は、3年1組のリクエスト【グラムメソンドイシ】給食です。おしゃれなネーミングだけに、メニューの内容も、かなりおしゃれです。 ポイントは、フランスを意識したマカロニのクリーム煮とオニオンスープです。思わず、セ・ボン（おいしい）と言つてしまいそう。	泉が丘中で人気メニューの1つ、切干大根の煮つけ。提供するたびに、ほとんど残りがないので、調理員さんはとても喜んでいます。ご飯に合う、やさしい味付けが人気の理由なのかな。	今日は、3年生リクエスト給食の最終回、3年3組の【ぬまちゃんランチ】です。おすすめポイントは、中華料理でまとめてあることです。ユーリンチー、ワンタンスープ、パンサンスーだなんて、ご飯がいくらでも進んでしまいます。	宇都宮市では、にらを多く生産しています。餃子の街としても有名ですが、その餃子に、宇都宮市産のにらをたくさん使います。にらは、疲れを取ってくれたり、冷え性を改善してたりする働きがあると言われています。

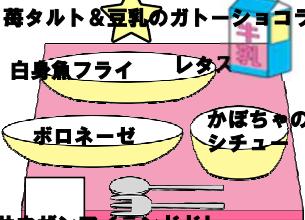
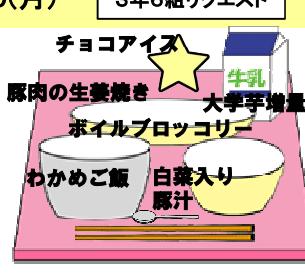
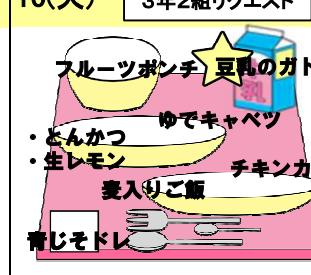
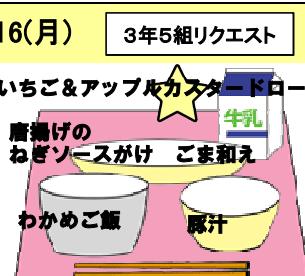
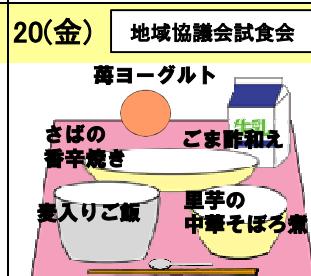
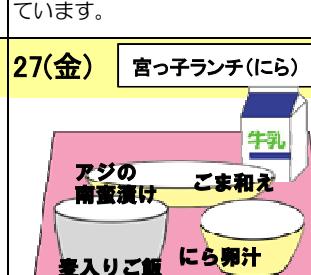


# 2月 給食献立配膳図



## 3年生用

給食配膳の参考にしてください。一口メモなども読んでくださいね。

2(月) 3年4組リクエスト	3(火) 節分の日メニュー	4(水) 栃木県の郷土料理	5(木)	6(金)
 <p>3年生のリクエスト給食が6回行われます。今日は3年4組が考えた【Mrs.Kurihalunch】です。ポイントは、サイゼリア風のドレッシングを使っていることです。ピンク色でクリーミーなドレッシングは、食欲がそぞられますね。</p>	 <p>今日は、節分の日メニューです。鬼(嫌なこと)に豆をぶつけて追い払い、福(良いこと)を呼び込む、節分は昔から行われている伝統行事です。</p> <p>いわしの焼いた煙で鬼を追い払うことができるとも言われているため、今日はいわしが提供されます。</p>	 <p>栃木県の郷土料理『しもつかれ』は、初午(お稲荷さんの誕生日)に稲荷神社にお供えする料理として伝えられています。今は苦手でも、子ども時代にいろいろな味を経験すると、将来、美味しさの幅が広がり、食を楽しむことができます。ぜひ一口は食べてみましょう。</p>	 <p>今日は、北海道祭り!サーモンはもちろんのこと、道産子汁まで提供されます。道産子とは【北海道で生まれたもの】という意味があり、今日の味噌汁には、北海道で多く生産されている、じゃがいも・バター・コーンを使います。</p>	 <p>豚丼の具は、しっかりした肉質のもも肉と、脂の旨味をたっぷり含んだバラ肉を使っています。豚丼は、日本で生まれた料理です。いくらでも、どんどん、食べられるって言うくらい、美味しいです。</p>
9(月) 3年6組リクエスト	10(火) 3年2組リクエスト	11(水)	12(木) R7トマト料理コンクール入賞作品メニュー	13(金)
 <p>今日は、3年6組のリクエスト【まことちゃん給食】です。</p> <p>推しメニューは、みんな大好き、わかめご飯と大学いもです。この組み合わせはもう、言葉では言い表せません。</p>	 <p>今日は、3年2組のリクエスト【今日だけはチートDay!!】メニューです。いつも頑張っている自分へのご褒美って大切ですね。とんかつにカレーレーをかけて食べてみましょう♡</p>	 <p>建国記念の日</p>	 <p>切干大根は煮物だけでなく、スープにも使えます。スープのうま味が、大根に染みわたっています。骨や歯の健康な成長を促してくれる力ルシウムたっぷりです。</p> <p>今日の揚げパンは、米粉パンを使います。もっちり、うれしい。</p>	 <p>今日は、隠れバレンタインメニューです。それは、かわいらしいハート型オムレツです。ハヤシシチューと共に食べてみましょう。</p> <p>そして、自分のほんかんが、極甘なのか、甘酸っぱいのかは、食べてみてからのお楽しみです。</p>
16(月) 3年5組リクエスト	17(火)	18(水)	19(木) 学校保健給食委員会	20(金) 地域協議会試食会
 <p>今日は、3年5組のリクエスト【うがちゃんランチ】です。</p> <p>押しメニューは、何といっても鶏の唐揚げです。給食の唐揚げの味付けには、にんにく・しょうが・ごま油・砂糖・しょうゆを使います。家でもぜひ、作ってみてください(*'▽')。</p>	 <p>美味しいからと言って、カレーは飲み物!のように食べず、よく噛んで味わって食べましょう。泉が丘中のカレーは、歩く高級芸術品です。絶対曲げないこのプライド~と言って調理員さんは作っています。</p>	 <p>チリソースは、にんにく・生姜を炒め、砂糖・しょうゆ・ケチャップ・ねぎ・豆板醤を加えて作られます。チリソースがたっぷりかかると、ぱっかり美味しい。ということは、美味しいかどうかを決めるのは、給食当番じゃん。</p>	 <p>学校保健給食委員会では、泉が丘中の生徒のみなさんの健康面について、先生方と医師・薬剤師・保護者の方々で話し合います。</p> <p>1日3食毎日食べる、好き嫌いなく食べる、正しい食事のマナーを身に付ける・・・。みなさんはできていますか?</p>	 <p>煮物に、砂糖忘れてるようじゃ、無理か~。砂糖はね、入れとかないど(*・ω・*)</p> <p>砂糖には、食材のうま味を引き出したり、味を染み込みやすくしたりする効果があります。里芋の中華そぼろ煮には、1人2gの砂糖を使っています。</p>
23(月)	24(火) 3年1組リクエスト	25(水)	26(木) 3年3組リクエスト	27(金) 宮っ子ランチ(にら)
 <p>天皇誕生日</p>	 <p>今日は、3年1組のリクエスト【グラシメゾンOishi】給食です。おしゃれなネーミングだけに、メニューの内容も、かなりおしゃれです。</p> <p>ポイントは、フランスを意識したマカロニのクリーム煮とオニオングラタンです。思わず、セ・ボン(おいしい)と言ってしまいそう。</p>	 <p>泉が丘中で人気メニューの1つ、切干大根の煮つけ。提供するたびに、ほとんど残りがないので、調理員さんはとても喜んでいます。ご飯に合う、やさしい味付けが人気の理由なのかな。</p>	 <p>今日は、3年生リクエスト給食の最終回、3年3組の【ぬまちゃんランチ】です。おすすめポイントは、中華料理でまとめてあることです。ユーリンチー、ワンタンスープ、パンサンスー、そして肉まんだんて、これはもう、残す理由がないですね。</p>	 <p>宇都宮市では、にらを多く生産しています。餃子の街としても有名ですが、その餃子に、宇都宮市産のにらをたくさん使います。にらは、疲れを取ってくれたり、冷え性を改善してたりする働きがあると言われています。</p>