

こんだて	主食	麦ごはん
	主菜	チリコンカーン
	副菜	ホットマリネ
	牛乳乳製品	牛乳
	デザート	いちごゼリー



献立について



主菜のチリコンカーンは、パンにも、ごはんにも合う料理です。今年度は、11月に続いて2回目のごはんとの組み合わせです。副菜のホットマリネは、旬のかぶを使いました。温かい副菜ですが、野菜は加熱し過ぎず、食感を活かして作るためににんじんとかぶは、下ゆでしないで作りました。

《給食室で…ホットマリネ》

一人3~4個



かぶの食感が味わえるように、大きめに切りました。



にんじんは、せん切り



かぶから炒め始めます。

かぶに少し火が通ったらキャベツを加えます。



にんじんを加え、さらに炒めます。



野菜の食感を活かした仕上がりになるように手早く...

温めたマリネ酢

マリネ酢を加えて仕上げます。



調理時間は、10分！！



キャベツは軽く蒸しておきます。

《教室で》

2/25(木)

おやこどん
たまごふんわり
おやこどん

2/26(金)

あつあつの
うどんのせる
あぶらあげ

3/1(月)

ひなまつり
なのはずい
お祝いだ

しばらく、紹介できていませんでしたが、5年3組が作っている「給食川柳」。まだまだ続いています。最新の3句を紹介します。

