

給食だより

横浜市立みなとみらい本町小学校
校長 小正 和彦
2021. 5. 17. 給食部

木々の緑がまぶしい5月、新学期が始まり1か月が過ぎました。新しい学年、学校生活に少しずつ慣れていく最中ですね。新型コロナウイルス感染症予防対策から「前向き、黙食」が続きます。じっくり味わう給食時間にしていきたいと思います。

5月の献立から

◎子供の日にちなみ行事食として「五目ずしの具」を取り入れました。(6日)
ごはん 牛乳 五目ずしの具 鶏肉の甘辛煮 すまし汁

◎開港記念日(6月2日)にちなみ横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。
回鍋肉(28日) アイスクリーム(28日)

中国の四川料理の一つです。「豆板醤」を使った辛みのある味付けが特徴です。「回鍋肉」は鍋に戻してもう一度調理するという意味です。豚肉やキャベツなどの材料を先にゆでてから鍋に戻し油で炒めて作ります。旬の春キャベツをたっぷり使います。

関内にある馬車道通りで日本で最初の「あいすくりん」が売り出されました。

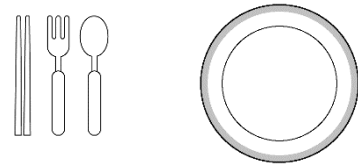
◎東京オリンピック・パラリンピックの開催予定にちなみ、オリンピック発祥の地のギリシャの料理を取り入れました。
レヴィシヤスープ(27日)

ギリシャ語でレヴィシヤは「ひよこ豆」、スープは「スープ」という意味です。ひよこ豆は形がひよこに似ていることからこのような名前になりました。

◎旬の食材を多く取り入れました。

かつお わかめ さやえんどう キャベツ ごぼう アスパラガス 糸みつば メロン

作ってみませんか



【鶏肉の甘辛煮】

材料	分量(4人分)
鶏肉(手羽元)	8本
しょうが	5g
にんにく	1g
しょうゆ	16g
砂糖	8g
酢	14g
みりん	4g
酒	6g
水	20g

作り方

1. しょうが、にんにくはみじん切りにする。
2. 鍋にしょうが、にんにくと調味料、水を入れ煮立たせる。
3. 鶏肉を入れ沸騰するまで強火で煮る。
4. 煮汁があがったら落とし蓋をし弱火で30分以上煮る。
5. 煮えたら火を止め、さます。