

きゅうしょくだより 2月



2月4日には立春を迎え、暦の上では春になりますが、2月は1年中で一番寒さの厳しい季節です。まだまだ、かぜやノロウイルスがはやる時です。油断することなく十分に注意しましょう。そのためは、毎日の食事でしっかり栄養をとり、体力の保持に心がけましょう。



たべっピーの日本全国たべものの旅!



今月紹介する都道府県は.....

岐阜県



岐阜県は、本州のほぼ中央に位置し、飛騨山脈をはじめとする山岳地帯で平地はわずかしかなりません。

北アルプスや白山山系に囲まれ、木曾川、長良川、揖斐川^{いびがわ}の豊富な水にも恵まれ、野菜・果物の生育に適した環境であり、標高0mから標高1200mの高低差による気候を活かし、1年を通しておいしい野菜・果物が採れます。

【けいちゃん】

岐阜県の郷土料理のひとつで、鶏肉をしょうゆやみそをベースにしたタレに漬けこみ、キャベツなどの野菜と一緒に焼いた料理です。昔は盆や正月、来客のときなど特別な日に振る舞われていたそうです。

学校給食食材の放射能測定の結果について

第7回（1月11日 測定結果）

鶏肉（御殿場産）	不検出
大根（御殿場産）	不検出

不検出：セシウム(134, 137)の合算が 25ベクレル/kg以下

※次回の測定は2月15日の予定です。

測定結果については、毎月の給食だよりでお知らせします。また、県教育委員会のホームページで、測定結果を随時掲載していますので、参考にしてください。

※県ホームページのURL：

<http://www.pref.shizuoka.jp/kyouiku/index.html>

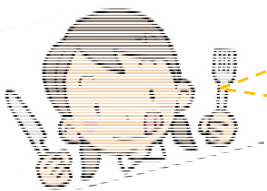
高校生による和の給食コンテスト

今年度、高校生が地域の食材を利用した小中学生向けの和食給食献立を考える

「高校生による和の給食コンテスト」が開催され、

伊豆中央高校 チーム伊豆中央F の考えた献立が優秀賞を受賞しました。

その献立を給食風にアレンジして、提供します！



- ★わかめごはん
- ★カレーから揚げ
- ★スイートポテトサラダ
- ★びっくり豚汁風みそ汁

野菜(たまねぎ)に
こだわる!

ごてんば 米コン!

御殿場市主催で、『第6回野菜たまねぎにこだわる!ごてんば米コン(レシピコンテスト)』が開催されました。小中学生の部には、541点もの応募があり、第一次審査を通過した6名により、12月1日に調理審査が行われ、最優秀賞が選ばれました!

地場産野菜をたっぷり使ったアイデアメニューで、それぞれ工夫が凝らされていました。



★最優秀賞★ 「野さいシャキシャキみんな食べられるハンバーグ」

御殿場小学校 4年 北村 優津希さん

～材料・分量(4人分)～

A	たまねぎ	1/2個
	にんじん	1/2本
	えのき	1/3わ
	れんこん	150g
	もやし	50g
	ぶたひき肉	200g
	とうふ	50g
	ほうれん草	2たば
	しょうが	1かけ
	B	(しお・しょうゆ)
C	わさびづけ・さとう	小さじ1
	しょうゆ・す・みず	大さじ2
	みりん	大さじ2
	米こ	適量

《作り方》

- ① Aをすべてみじん切りにする。
- ② とうふは水を切り、しょうがはすりおろす。ほうれん草はゆでておく。
- ③ ぶたひき肉、①、②、Bをボールに入れつなぎに米こを入れて混ぜ合わせる。
- ④ ③を形よく整えてやく。
- ⑤ ④と別のフライパンでCを全て混ぜ合わせ、にたさせてから、米こでとろみをつける。
- ⑥ ④とほうれん草を皿に盛り、⑤のたれをかける。



★第2位★ 「元気がでる!メカジキの大きめあんかけ」

御殿場南中 2年 大蔵 結衣さん

～材料・分量(4人分)～

玉ねぎ	1個
にんじん	半分
こまつな	1束
ねぎ	少々
魚(メカジキ)	2切
小麦粉	少々
めんつゆ	大さじ4
酢	大さじ1
さとう	大さじ1
片栗粉	少々
油	少々
塩・こしょう	少々

《作り方》

- ① 魚を1口大に切る。
- ② 塩・こしょう、小麦粉をまぶし、油をひき、片面ずつ3分焼いたら出す。
- ③ にんじん、玉ねぎ、こまつなを切ったらこの順番に入れる。
- ④ めんつゆ大さじ4、酢大さじ1、さとう大さじ1、水溶性片栗粉少々をいためている野菜の中に入れる。とろみがでてきたら出す。
- ⑤ ねぎやゴマをふりかける。



★3位★ 地中海風夏野菜丼 御殿場西中学校 1年 良知 香織さん

★入賞★ 鶏肉のオニオンソースソテー 原里中学校 1年 牟田口 結衣さん

玉ねぎ入りがんもどき 富士岡中学校 1年 勝又 愛菜さん

玉ねぎと豚肉のミルフィールかつ 富士岡中 1年 藤田 愛梨さん



最優秀賞と2位の作品は、給食風アレンジして2月・3月に出品します!