



# 2月 給食だより



節分の翌日、2月4日は立春です。暦（カレンダー）のうえでは春ですが、まだまだ寒さの厳しい日がつづきます。今年雨が少ない乾燥し、インフルエンザも増えているようです。好き嫌いをなく苦手なものにもチャレンジし何でも食べて、夜はしっかり休んで、カゼに負けない体を作りましょう。

2月2日（金）の給食は「節分献立」です



“大豆”を使った「大豆ごはん」。子供たちが食べやすいように“イワシ”に青のり入りパン粉をつけて揚げた「イワシの磯辺揚げ」。“鬼”の形をしたかまぼこが入った「すまし汁」を提供します。

## 大豆ごはん の作り方

材料（4人分）

- ・米 2合 ・酒 小さじ1
- ・しょうゆ 小さじ2 ・水 350cc

【具】

- ・ゆで大豆50g ・とり肉 50g
- ・油揚げ 1枚 ・にんじん 5cm
- ・さとう 小さじ2 ・しょうゆ 大さじ1
- ・塩 小さじ1/3 ・酒 小さじ1
- ・みりん 小さじ1 ・油 適量
- ・水またはだし汁 適量 ・さやえんどう 5枚



- ① 米をとぎ、調味料と水を入れ炊飯する。
- ② とり肉は1.5cm角、油揚げは縦半分にして5mm幅、人参は千切りにする。
- ③ 鍋に油を入れ、とり肉が炒まったら、にんじん、大豆を入れて炒める。（こげるようなら、水分を少し加える。）
- ④ にんじんがやわらかくなったら、油揚げ、調味料を加え、水気がなくなるまで炒める。
- ⑤ さやえんどうを塩ゆでし、斜めに千切りにする。
- ⑥ ①と④を混ぜて、⑤をちらして出来上がり。



※具を先に作り、①の米と一緒に炊飯しても、おいしくできます。ぜひご家庭でも作ってみてください。

## お知らせ

あたらしいきゅうしょくセンターができました！  
みんな、みにきてね！



# 見学会

を行います！

新しい学校給食センター「所沢市立第2学校給食センター」が完成しました！  
その名も「ところんキッチン」！  
最新の給食センターの調理場に入れる見学会を行います。ぜひお越しください。



事前予約  
不要

日時 令和6年2月17日（土）午前10時から午後3時（最終入場：午後2時30分）  
場所 第2学校給食センター（所沢市中富1862-1）  
※駐車場の台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください  
持ち物 うわばき（スリッパ）、はいてきた靴を入れる袋

