

12月のワンポイント献立

南区オリジナル献立

麦ごはん
ミルク
れんこんボール
小松菜と油揚げのナムル
大根と豚肉のスープ煮



南区7校の保護者の方から募集した料理を取り入れました。旬のれんこんや小松菜、大根を使い、ちりめんいりは倉橋で水揚げされた地場産物を使用しました。

れんこんボールのれんこんは、小さく刻んで、ちりめん・えびと一緒にボール状にして揚げました。衣には青のり粉を入れたので、彩りもよく、「れんこんとは思えない。」「また出してほしい。」と、とても好評でした。

新しい献立 ～スタミナ納豆～

麦ごはん
ミルク
肉じゃが
スタミナ納豆
みかん



ごま油、にんにく、しょうがを使って香りを出し、鶏ミンチと納豆を炒め、みそ・しょうゆ・酒・みりん で味付けし、ごまをからめました。炒める時には納豆の香りが給食室中に広がりました。

「納豆が嫌いだったけど好きになった。」「ごはんと一緒に食べるととてもおいしかった。」「最初苦手だと思ったけど食べてみるとすごくおいしかった。」などの肯定的な感想が低学年で多く見られました。残食も1.8%（13人分）と、思った以上に好評でした。

郷土食 ～大分県～

ごはん
ミルク
カレイのからあげ
かぼすあえ
だんごじる



かぼすの収穫量は、大分県が日本一です。果汁は、刺身や焼き魚の薬味、鍋料理のポン酢や酢の物、みそ汁や麺類にも果汁を入れて食べられています。給食では、かぼす果汁を使ったあえものにしました。風味がとても良かったです。

大分県に伝わるだんご汁は、「やせうま」が入っているのが特徴です。「やせうま」とは、平安時代に八瀬という乳母が小麦粉をこね、細長く伸ばしてゆでた団子に、きな粉をまぶし、おやつとして食べさせたのが始まりといわれています。「やせ、うまうま」と八瀬にあのうまいものが食べたいとねだった言葉が「やせうま」という名前になったといわれています。丸い団子を想像した児童は、長い団子に少しびっくりしたようです。