

学校給食だより

今月の給食予定人員
 幼稚園… 791人
 小学校… 2,561人
 中学校… 1,385人
 計 … 4,737人

発行
 赤穂市学校給食会
 赤穂市立学校給食センター
 TEL 48 - 7151・7252
 FAX 48 - 1540

今月の赤穂産です



給食費口座振替日 2月12日(金)
 再振替日 2月25日(木)

〔通帳残高を確認のうえ前日までに
 入金しておいて下さい。〕

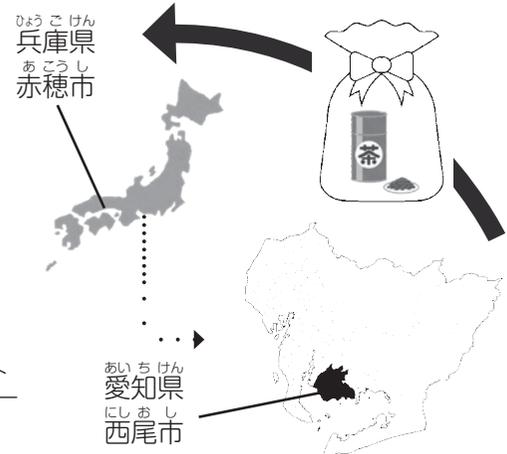
令和3年2月分学校給食献立表

日・曜	① 日 (月)	② 日 (火)	③ 日 (水)	④ 日 (木)	⑤ 日 (金)	⑧ 日 (月)	⑨ 日 (火)	⑩ 日 (水)	⑫ 日 (金)	⑮ 日 (月)	⑯ 日 (火)	
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう もずくスープ カボチャサンド てっこつサラダ	すしごはん ぎゅうにゅう すましじる シーチキンサラダ チキンウインナー せつぶんまめ(幼小) てまきのり	ごはん ぎゅうにゅう かんとくに きりぼしだいこんの サラダ なっとうみそ かんきつドレッシング	あぶらパン(幼中) コッペパン(小) ぎゅうにゅう かぼちゃのポタージュ ほうれんそうオムレツ ケチャップ いちごジャム(小)	わかめごはん ◎のむヨーグルト かにとかぶのスープ ハンバーグきのこソース ごぼうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ◎のむヨーグルト カレーなマーボー いしもちのからあげ はるみ	ごはん ぎゅうにゅう だいこんじる チキンでアロハ ゆでブロッコリー あおじそドレッシング うめぼし(小中)	ごはん ぎゅうにゅう とんじる いわしのレモンに もやしのごまあえ あじつけのり	ごはん ぎゅうにゅう うどん こぎつねに ヨーグルトあえ	たきこみごはん ぎゅうにゅう うどん こぎつねに ヨーグルトあえ	ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにくの あまからに うまいか えだまめ	ごはん ぎゅうにゅう てんぐスープ とんかつ ゆでキャベツ かつめしのタレ ミルメーク
ざいりょう	もずく・とうふ えのきだけ・ほしいたけ にんじん・ねぎ・でんぷん けずりぶし・こんぶ カボチャサンド・あぶら ひじき・にんじん・きゅうり いとかまぼこ サイノメチーズ ごま・ごまドレッシング	ふ・とうふ・ゆば みつば・えのきだけ かまぼこ・にんじん けずりぶし・こんぶ あぶらあげ きゅうり・にんじん シーチキン・たまねぎ マヨネーズ チキンウインナー	うずらたまご・ぎゅうにく じゃがいも・あつあげ こんにゃく・まるてん にんじん・けずりぶし きりぼしだいこん きゅうり・にんじん ちりめんじゃこ なっとう・ふたミンチ ねぎ・みそ・ごま	ベーコン・かぼちゃ クリームコーンかん たまねぎ・にんじん パセリ・ホワイトルウ ぎゅうにゅう・なまクリーム こなチーズ・チキンブイヨン ほうれんそうオムレツ	かぶ・かに・とりにく たまねぎ・にんじん ねぎ・きくらげ チキンブイヨン・でんぷん ハンバーグ デミグラスソース ケチャップ・しめじ マッシュルーム ごぼう・にんじん・ごま わふうドレッシング	とうふ・ふたミンチ たまねぎ・にんじん ねぎ・グリーンピース しょうが・みそ・でんぷん マーボーのもと・ごまあぶら トウバンジャン・テンメンジャン カレールウ いしもちのからあげ あおのり・あぶら はるみ	ふたにく・だいこん にんじん・あぶらあげ とうふ・かまぼこ しめじ・ねぎ・けずりぶし こんぶ とりにく・パインかん しょうが・にんにく ブロッコリー	ふたにく・ごぼう にんじん・だいこん こんにゃく・さといも あぶらあげ・ねぎ けずりぶし・みそ いわしのレモンに もやし・にんじん いとかまぼこ・ごま はなかつお	うどん・ぎゅうにく かまぼこ・にんじん ねぎ・けずりぶし こんぶ あぶらあげ・けずりぶし うまいか おうとうかん・パインかん みかんかん カクテルゼリー・ヨーグルト	こうべビーフ・ふ いとこんにゃく たまねぎ・にんじん しろねぎ うまいか えだまめ	ベーコン・たまねぎ じゃがいも・もやし ほたてかいばしら にんじん・ホールコーンかん マッシュルーム・きくらげ セロリ・パセリ チキンブイヨン とんかつ・あぶら キャベツ	
こんだて	⑬ 日 (水) ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ さわらのゆずみそかけ ひねポンサラダ	⑭ 日 (木) チョコまっチャパン ぎゅうにゅう スープスパゲティ とりにくのレモンづけ ミニトマト(小中)	⑮ 日 (金) ごはん ◎のむヨーグルト ふたもやしスープ さばのみそに ナッツごぼう	⑱ 日 (月) ごはん ぎゅうにゅう みそおでん やきとり カラフルサラダ	⑳ 日 (水) ごはん ぎゅうにゅう まじよのスープ ブタミン・レモン キャベツとちりめん じゃこのごまドレあえ	㉑ 日 (木) こめごパン ぎゅうにゅう ちゅうかあん (あげめんにかけてね) ◎あげめん ぎょうざ せとか ミルメーク(中)	㉒ 日 (金) むぎごはん ぎゅうにゅう チキンカレー だいたとちりめん じゃこのごまがらめ ◎アセロラゼリー					
ざいりょう	わかめ・にんじん ほたてかいばしら えのきだけ・ねぎ たまねぎ・ごま けずりぶし さわら・しろみそ ゆずかじゅう おやとりにく・もやし にんじん・キャベツ ぼんず	ベーコン・スパゲティ パセリ・にんじん たまねぎ・ホワイトルウ なまクリーム・マッシュルーム こなチーズ・えび ぎゅうにゅう しろいんげんまめ とりにく・レモンかじゅう でんぷん・あぶら ミニトマト	ふたにく・もやし キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく・しょうが はなかつお・みそ ごま・スープストック ごまあぶら さばのみそに ごぼう・こむぎこ くるみ・アーモンド あぶら	ちくわ・あつあげ ごぼうてん・だいこん みそ・とりミンチ こんにゃく・にんじん けずりぶし とりぐし・しょうが ブロッコリー・えだまめ にんじん・ホールコーンかん わふうドレッシング	ぎゅうにく・にんにく・たまねぎ にんじん・じゃがいも・セロリ ピーツかん・チキンブイヨン トマトかん・デミグラスソース ケチャップ・あかワイン なまクリーム ふたにく・でんぷん レモンかじゅう・あぶら キャベツ・ちくわ・にんじん ちりめんじゃこ ごまドレッシング	ふたにく・ほしいたけ いか・えび・たまねぎ にんじん・はくさい チキンブイヨン・でんぷん たけのこ・しょうが ぎょうざ せとか	とりにく・じゃがいも たまねぎ・にんじん トマトかん・にんにく カレールウ・あかワイン ひよこまめ だいたとちりめんじゃこ ごま・でんぷん あぶら					

にち もく はつ とうじょう まっチャ
18日(木)初登場！チョコ抹茶パン
 ちゅうしんぐら ち こうりゅう あい ち けん に し お し
 “忠臣蔵ゆかりの地”として交流のある愛知県西尾市の
 に し お ちゃきょうとうくみあい がっこうきゅうしよく つか とく
 西尾茶協同組合から、「学校給食に使ってください」と特
 さんひん まっチャ ていきょう や
 産品である抹茶の提供をいただきました。パン屋さんの
 アイデアでチョコレートをトッピング♪ほろ苦さと甘さ
 のハーモニーを抹茶の香りと合わせて楽しんでください。
 うらめん に し お し しょうかい
 裏面で西尾市について紹介しています。ぜひごらんくだ
 さい。

にし お し 西尾市ってどんなところ？

にし お し あい ち け ん ち ゅ う お う な ん た ん
西尾市は愛知県の中央の南端にあり
う み や ま か わ か こ し げ ん ゆ た
海・山・川に囲まれた自然豊かなまち
ち ゅ う し ん ぐ ら あ こ う ろ う し あ だ う
です。忠臣蔵で赤穂浪士により仇討ち
き ら こ う す け の す け よ し ひ さ こ う ち
された吉良上野介義央公ゆかりの地と
こ う り ゅ う
して交流があります。



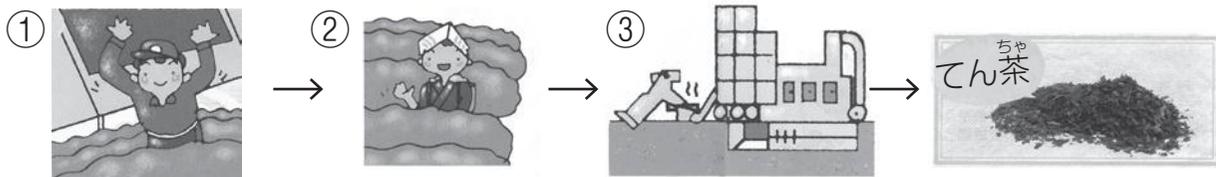
にし お ま っ ち ゃ 西尾の抹茶



ぜん こ く せい さん り ょ う や く パ ー セ ン ト し に ほ ん い ち ま っ ち ゃ さん ち れ き し い ま
全国生産量の約20%を占める日本一の抹茶の産地で、その歴史は今から
や く ね ん ま え ち ゃ た ね は し た い し ょ う こ う き ま っ ち ゃ せい
約750年前にお茶の種をまいたことに始まります。大正後期には抹茶の生
さん し ゅ げ ん ざ い に し お ま っ ち ゃ と っ き ち ょ う ち い き に ん て い
産が主となり、現在では「西尾の抹茶」として特許庁の地域ブランドに認定
さ れ て い ま す 。

ま っ ち ゃ み 抹茶ができるまでを見てみよう

1. てん茶 (抹茶の原料) をつくる (一次加工)

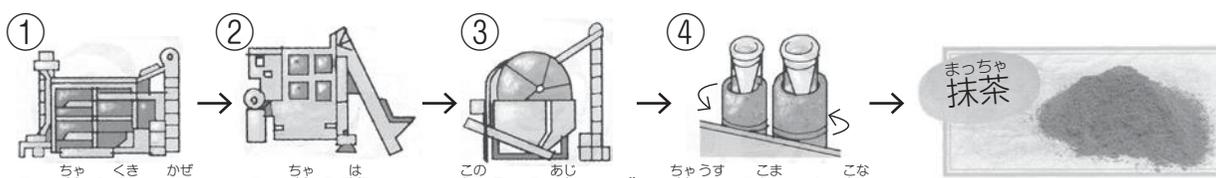


① し ん め で は じ が つ 新芽が出始める4月
ち ゅ う し ゅ ん ち ゃ え ん 中 旬から茶園をおお
たい じ ょ う こ う さ え ぎ い、太陽光を遮ります。

② が つ ち ゅ う し ゅ ん 5 月 中 旬、や
わ ら か い し ん め っ と 摘み取ります。

③ じ ょ う き お い ち ど 蒸 気 で 蒸 し、一 度
ひ かん そ う 冷 や し て よ く 乾 燥
さ せ ま す 。

2. 抹茶をつくる (二次加工)



① てん茶の茎を風
ち ゃ く き か ぜ の そ の 力 で 除 け ます 。

② てん茶の葉をさ
ち ゃ は かん そ う ら に 乾 燥 さ せ、
か お だ 香 り を 出 し ます 。

③ こ の あ し 好 む の 味 に ブ
レ ン ド し ます 。

④ ち ゃ う す こ ま こ な 茶 臼 で 細 か い 粉
に し ます 。

引用：西尾茶協同組合パンフレット「愛知西尾の抹茶」

さむ じ き 寒い時期にも… 水分補給が大切です！

さむ 寒いとあまり意識することがない
い し き かもしれませんが、水分補給をこま
す い ぶん ほ き ゅ う め に して います か？

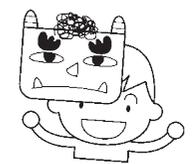
ふゆ 冬は空気が乾燥しているため、体
か ら だ 中の水分が失われやすくなります。
な か す い ぶん う し な
また、のどの乾燥がかぜの原因にな
か ん そ う げ ん い ん る こ と も あ り ます 。 の ど が 渴 い て い
か わ
なくても、こまめな水分補給を心が
す い ぶん ほ き ゅ う こ こ ろ け ま し ょ う 。



つめ 冷たい飲み物だと体が冷えてしまうので、
あたた 温かいお茶や白湯がおすすめです。

ことし 今年 は 2月2日 せつ ぶん 節分クイズにチャレンジ！

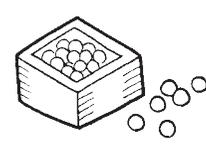
Q1 せつ ぶん 節分とは、どんな日のこ
とをいうのでしょうか？



- ① 鬼がたくさん来る日
- ② 豆が収穫できる日
- ③ 季節が変わる日

意味で、次の日から春になります。
節分は「季節の分かれ目」とい
え、

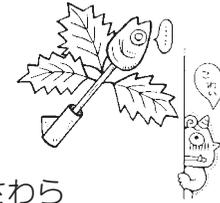
Q2 まめ 豆まきに使う豆はなんで
しょう？



- ① 小豆
- ② 大豆
- ③ ひよこまめ

豆には、淡いや病気を治す
力があるといわれています。
え、

Q3 おに に が て さかな 鬼が苦手な魚はなんで
しょう？



- ① さわら
- ② いわし
- ③ かつお

鬼の家の中に入らないように、
焼いたいわしの頭をイワシの枝
として玄関に置かれます。
え、