

1月よていにこんだてひょう

※献立は、食材等の都合により変更させていただく場合があります。

月	火	水	木	金																		
給食のレシピを紹介します！ 「かきのたねのザクザクチキンカツ」	作り方 <p>20g ①とり肉に酒、食塩、こしょうで下味 20g をつける。 適量 ②薄力粉と水でバッター液を作る ③柿の種を粗くくだき、パン粉と混ぜる。 ④①を②にくぐらせ、③をまぶす。 ⑤④を揚げる。</p>		8 	9 																		
<材料4人分> <table border="0"> <tr> <td>鶏むね肉</td><td>4切れ</td><td>柿の種</td></tr> <tr> <td>酒</td><td>少々</td><td>パン粉</td></tr> <tr> <td>食塩</td><td>少々</td><td>揚げ油</td></tr> <tr> <td>こしょう</td><td>少々</td><td></td></tr> <tr> <td>薄力粉</td><td>適量</td><td></td></tr> <tr> <td>水</td><td>適量</td><td></td></tr> </table>	鶏むね肉	4切れ	柿の種	酒	少々	パン粉	食塩	少々	揚げ油	こしょう	少々		薄力粉	適量		水	適量		※柿の種は焦げやすいので注意！			
鶏むね肉	4切れ	柿の種																				
酒	少々	パン粉																				
食塩	少々	揚げ油																				
こしょう	少々																					
薄力粉	適量																					
水	適量																					
12 成人の日 	13 	14 	15 	16 なかじょうしょう6ねんせい みかんリクエストメニュー 																		
19 	20 とおかまちメニュー よしだクロスカントリー きょうぎじょうを しようかい！ 	21 	22 へるつしょメニュー 	23 																		
26	27	28	29	30																		
ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかんメニュー 「おこめのへんしんについてしろう！」																						
ぜんこくがっこう きゅうしょくしゅうかんの テーマ		おこめのへんしんについてしろう！																				
<p>お米は、日本人の食生活には欠かせない食べ物です。また、十日町市は、きれいな水や空気を生かしてお米を育てています。しかし、食生活の多様化により、お米の消費量は年々減少しています。さらに、最近では、お米の価格上昇が話題となっていて、さらなる米ばなれが心配されています。そのため、今年度の全国学校給食週間では、お米から変身する食べ物を知り、それを味わうことで、お米のよさを再発見する1週間にしました。詳しい内容は、後日発行する「食育だより給食週間号」でお知らせします。お楽しみに！</p>																						