



# 一週間の給食を写真で紹介します

2月19日 (月)	2月20日 (火)	2月21日 (水)
		
<p>麦ご飯 韓国風肉じゃが ひじき焼売 キムチチゲ ムース 牛乳</p> <p style="text-align: right;">&lt;838kcal&gt;</p>	<p>麦ご飯 鶏すき 儀助煮 団子汁 牛乳</p> <p style="text-align: right;">&lt;823kcal&gt;</p>	<p>チキンライス 魚のオープン焼き コーンソテー トマトオムレツ ガーリックコンソメスープ 牛乳</p> <p style="text-align: right;">&lt;829kcal&gt;</p>
<p>チゲとは、朝鮮半島の郷土料理です。キムチや肉・魚介・豆腐などをだし汁で煮込みました。</p>	<p>儀助煮とは、明治時代に福岡県博多の宮野儀助という方が考案したものです。</p> 	<p>「コンソメ」はフランス語で「完成された」という意味があります。牛肉・鶏肉・魚などから取った出汁に野菜などを加えて作ります。完成したスープの色は澄んだ琥珀色でなくてはならず、濁っているものは許されません。見た目は単純ですが、本格的に作るととても手の込んだスープです。</p>
2月22日 (木)	2月24日 (金)	
		
<p>麦ご飯 豚肉の生姜焼き 野菜ともやしの炒め物 れんこん入り平つくね 鶏団子の味噌汁 牛乳</p> <p style="text-align: right;">&lt;810kcal&gt;</p>	<div data-bbox="1085 1198 1460 1254" data-label="Section-Header"><h2>膳部揃うて箸をとれ</h2></div> <div data-bbox="1045 1288 1476 1534" data-label="Text"> <p>食事をする時は慌てずに、料理がすべて膳に出てから箸を手にしなさい。ということわざです。物事は準備が整ってから始めなさいという意味です。「膳部」は膳にのせた料理のことで、「全部」とかけた言葉を担っています。</p> </div> <div data-bbox="1117 1568 1364 1870" data-label="Image"> </div>	
<p>豚肉には、体を作るたんぱく質や疲労回復効果があるビタミンB1が豊富に含まれています。</p> 		