

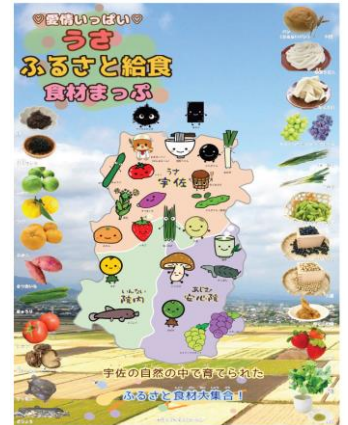
# 2月給食だより



2月分給食費  
振替日 **1/31**

## 愛情いっぱい!うさふるさと給食食材マップができました!

宇佐市産のおいしい食材について給食をとおして知ってもらうため、市の学校給食では月に1~2回「ふるさと給食」を実施しています。そのふるさと給食で取り入れている食材(ふるさと食材)をポスターにしました!学校などに掲示されていると思いますのでぜひ見てみてくださいね。



ポスターやふるさと食材については市のホームページにも詳しく掲載しています。



もうすぐ卒業を迎える中学3年生を対象に、リクエスト調査を実施いたしました!今月はリクエスト給食をたくさん取り入れました。(すべてのリクエストに応えられずごめんなさい)思い出の給食を味わって食べてくださいね。

### 【主食部門】

- 1位 🍷 コッペパン
- 2位 🍷 米粉パン
- 3位 🍷 ゆかりごはん

### 【小さいおかず部門】

- 1位 🍷 フルーツポンチ
- 2位 🍷 からあげ
- 3位 🍷 トリニータ丼

### 【大きいおかず部門】

- 1位 🍷 カレー
- 2位 🍷 うどん
- 3位 🍷 肉じゃが

### 【デザート】

- 1位 🍷 フルーツ
- 2位 🍷 ケーキ
- 3位 🍷 ミルメーク



今月の給食に登場する人気メニューのレシピを紹介します。リクエストもたくさんいただいたメニューです。ご家庭でもぜひ給食メニューを作ってみてください♪

## トリニータ丼

### ●材料 (4人分)

- 鶏もも肉 240g
- 片栗粉 適量
- 揚げ油 適量

(調味料)

- にら 20g
- おろししょうが 3g
- おろしにんにく 2g
- 砂糖 10g
- 濃口しょうゆ 24g
- ごま油 2g
- コチュジャン 4g
- 酒 4g

### ●作り方

- ① 鶏肉を一口大に切る。
- ② ニラを2cm幅に切る。
- ③ 調味料を鍋に入れて軽く沸騰させ、たれを作る。
- ④ 鶏肉に片栗粉をまぶし、5~6分程度揚げる。
- ⑤ たれの中に鶏肉を入れて、からめる。

\* 手軽に作りたい場合は、粉を付けた鶏肉を少量の油で揚げ焼きにして、調味料をからめてもOK!!



市ホームページでは、毎日の給食を栄養士のひとくちコメントを添えて写真付きで紹介しています!

