



4月給食だより

はつしば学園小学校

2021年4月8日

ご入学・ご進級おめでとうございます。

だんだんと暖かい日も多くなり、過ごしやすくなりましたね。
子どもたちが元気に学校生活を送れるように、今年度も安心・安全に心がけ、心を込めて給食を作っていきたいと思っております。1年間、よろしくお願いいたします。



〈9日(金) 給食のメニュー〉

竹の子ご飯
ポークソテー
和風スパゲティサラダ
にら玉スープ
フルーチェ(いちご)

〈19日(月) 給食のメニュー〉

米飯
サバの塩焼き
ブロッコリーとささみのサラダ
茗竹汁
はちみつレモンゼリー



たけのこご飯のお話



たけのこご飯を含む炊き込みご飯は、江戸時代中期に庶民の味として流行しました。素材となる孟宗竹は、中国から沖縄に伝わり、薩摩(鹿児島)を経て、江戸へと移植されました。料理屋や茶屋などでは、たけのこ料理が提供され、なかでも評判になったのが、たけのこを炊き込んだ筍飯(たけのこめし)でした。たけのこは、一旬(10日間)で竹になるほど成長が早いことから竹(たけかんむり)に旬と書きます。そんな由来を持つたけのこの新鮮な力強さを心身に取り入れ、春から初夏へと移る時季を元気に過ごしましょう。

いちごの豆乳プリン(カップ4個分)

材料

苺 1パック
豆乳 400ml
砂糖 60g
粉ゼラチン 10g
水(ゼラチンをふやかすため) 30g

作り方

- ※(下準備)ゼラチン10gを30gの水でふやかしておく
- 苺、飾り用の4個以外はヘタを取ってミキサーで細かくする
 - 豆乳と砂糖を鍋に入れて熱し、砂糖を溶かす。沸騰する直前に火をとめ、ゼラチンと①の苺のピューレを加え、よく混ぜる
 - 鍋底に氷水をあててあら熱をとり、器に注ぎ、冷蔵庫で固まるまで冷やす。飾り用の苺を半分切って飾る