



今月の食育目標

しょうぶなからだをつくるたんぱく質について知ろう

Main table with columns for date, meal, ingredients, and nutritional information. Includes special days like '節分の日' and '天皇誕生日'.

材料の都合により変更する場合があります。

2月 テーマ献立「座間の味 郷土料理を知ろう」～白菜のさっぱり漬け～
秋から冬にかけておいしくなる白菜は、座間市の農家さんもつくっている野菜です。給食では毎年10月の終わりごろから座間市の農家さんの野菜を使い始めます。白菜は、上手に保存すると半月ほど保存することができます。しかし、一度にたくさん収穫できるため冬中食べられないか？と考えられたのが漬物です。白菜づけは、白菜のとれる時期になると各家庭で樽に漬け込みました。食べ飽きてしまう時期に代わりに作られたのが「白菜のさっぱり漬け」です。昔のお母さんたちは、漬物を和え物に変身させて、食卓に彩を加えていました。給食では、漬物を作ることができないので、アレンジをして和え物として出します。白菜はもちろ座間でとれたものを使います！お楽しみに！

《今月使用予定の座間産の農産物》

- さといも
こまつな
ほうれんそう
ごぼう
だいこん
ながねぎ
はくさい
なばな
にんじん
さつまいも
だいず
みそ

※献立表は、東原小学校のホームページでも閲覧可能です。

