

# 前期課程のメニュー

豊中市では、学校給食週間にあわせて毎年特別メニューが出ます。

今年のメニューは、2月に冬季オリンピックがイタリアのミラノで開催されるためイタリアの料理と、過去に日本で開催された長野県と北海道の郷土料理です！

これを機に、いろいろな料理があることに興味関心を少しでももってもらえると嬉しいです。

1月27日(火)A

## イタリア料理

全国学校給食週間についての動画はこちら！

2026年2月6日から22日に、イタリアで冬季オリンピックが開催されます。

イタリアは、ヨーロッパにある国で、長くつのような形をしています。

### フォカッチャ Focaccia

イタリア生まれの平たいパンで、「火で焼いたもの」という意味があります。オリーブオイルを混ぜてつくられるパンで、料理のソースをつけてよく食べられています。

### ミネストローネ Minestrone

「具たくさんスープ」という意味のミネストローネは、「食べるスープ」とも呼ばれお米やパスタを入れて食べられます。今日は、米粉マカロニが入っています。

### アクアパッツァ Acqua pazza

白身魚をトマトやオリーブ、白ワインと煮込んだ料理です。給食では、食べやすいように魚を焼いてソースをかけています。ソースはフォカッチャにつけてもおいしく食べられます。

### マCHEDニア Macedonia

たくさんの季節のくだものを小さく切って混ぜ合わせたイタリアのデザートです。今日は、しゅんのいちごゼリーやみかんを使っています。

1月28日(水)A

## 北海道の郷土料理

北海道は、まわりを海でかこまれた日本で1番広い都道府県です。広い土地を使ってたくさんのおいしい食べ物が作られています。また、日本の1番北にあり冬には雪がたくさんふります。1972年(今から54年前)には、北海道で第1回冬季オリンピックが開催されました。

全国学校給食週間についての動画はこちら！

### いしかりじり

サケときのこをたくさん使った北海道で有名な『いしかりなべ』と言う郷土料理を給食で食べやすいように汁物にしています。寒い冬に体をあたためてくれます。

### ザンギ

北海道では、からあげのことを『ザンギ』とよびます。とり肉にしょう油やんにくを使ってしっかり味をつけてから、かたくり粉をまぶして油であげるのがとくちょうです。

### ポテトサラダ

日本で作られるじゃがいもの約80パーセントを北海道でつくっています。日にたくさん太陽の光をあびて作った栄養素を、寒い夜にためこんでいるので、おいしいじゃがいもがそだちます。今日は、じゃがいもをポテトサラダにしています。やわらかくて甘みのあるじゃがいもを味わってください。

1月29日(木)A

## イタリア料理

全国学校給食週間についての動画はこちら！

2026年2月6日から22日にイタリアで、冬季オリンピックが開催されます。

イタリアは、ヨーロッパにある国で、長靴のような形をしています。

### ボリット Bollito

ボリットとは、イタリア語で「ゆでる」や「煮込む」という意味があります。肉と野菜を煮込んで作られる料理で、イタリア風おでんともいわれます。粉チーズをかけて食べてみてください。

### コトレッタ Cotoletta

肉をスライスしたものに、細かいパン粉をつけて油で揚げたイタリアのミラノという地域の郷土料理です。日本ではミラノ風カツレツという名前でもよばれています。

### アマトリチャーナ Amatriciana

アマトリーチェというイタリアにある町で作られた「アマトリチャーナ」は、家にいつもある食材で作られるイタリアの家庭料理です。

イタリアでよく食べられるパスタには、色々な形や色があります。今日のアマトリチャーナには、パンの先のような形をした『ペンネ』を使っています。

1月30日(金)A

## 長野県の郷土料理

長野県は、山が多く田んぼが少ないため麦を育てている畑がたくさんあります。小麦粉を水でといた生地のなかにきざんだ野菜を入れて焼いたものを、長野県では『せんべい』とよびます。にらの入ったせんべいが特に有名で、信州みそを生地にまぜ込んで作られます。

### おしほいうどん

長野県で食べられている「信州みそ」に、「ねずみ大根」というからみの強い大根をすりおろしてしぼった汁をまぜ合わせて作られる郷土料理です。今日は、給食用にからすぎないようにアレンジしています。

### にらせんべい

長野県は、山が多く田んぼが少ないため麦を育てている畑がたくさんあります。小麦粉を水でといた生地のなかにきざんだ野菜を入れて焼いたものを、長野県では『せんべい』とよびます。にらの入ったせんべいが特に有名で、信州みそを生地にまぜ込んで作られます。

### のぎわなのあがりため

野沢菜は、長野県が特産の野菜です。大きいもので1メートルにもなります。寒くなるとだんだんと甘みが増します。しゅうかくした後は、ていねいに葉っぱを1枚ずつ洗って大きなおけてつけものにします。そのままつけもので食べてもおいしいですが、今日は食べやすいようにいためものにしてあります。

### ぶどうゼリー

長野県は、昼と夜の温度の差がおおきく、あまくておいしいぶどうが育ちやすいです。今日のゼリーのぶどうも、長野県のものを使っています。