

入学・進級

おめでとう

入学・進級おめでとうございます。みなさんの「入学や進級をお祝いする献立」です。

日本では、季節ごとの行事（年中行事）や祭り、お祝いの日のことを「ハレ（晴れ）の日」といいます。

晴れの日の、お祝いごとに欠かせないお祝い料理と言えば、具沢山のちらし寿司です。

ちらし寿司は、お祝いや、おもてなしにぴったりです。

今日は、えび、のり、にんじん、かんぴょう、凍り豆腐、干し椎茸、れんこん、さやいんげんの材料を使いました。

給食調理員さんも、みなさんの入学と進級を喜びながら、一生懸命作りました。

笑顔でいただいでください。



令和4年4月15日(金)



材料	4人分量(g)	作り方
【彩りちらし寿司】		
米	260	① かんぴょうは1cmの長さに切り戻す。凍り豆腐は戻して2cm程度の短冊切りにする。にんじんはせん切り、干しいたけは戻してせん切り、さやいんげんは斜め小口切りにしボイルする。れんこんは薄いいちょう切りにする。おきえびは茹でる。 ② 米は研いで30分以上浸水し、ザルにあげて水気を切る。 ③ にんじん、かんぴょう、凍り豆腐、干しいたけ、おきえびを砂糖、醤油で煮る。具と煮汁に分ける。 ④ 煮汁と水を合わせて、規定の水分量にして炊飯する。炊き上がったら、蒸らす。 ⑤ 酢、砂糖、酒、塩を加熱し、合わせ酢を作る。 ⑥ ④に⑤の合わせ酢をふり、酢飯を作る。 ⑦ ③の具、⑥とさやいんげんを合わせてよく混ぜる。 ⑧ お皿に盛り付けたら、刻みのりを散らす。
酢	18	
酒	4	
砂糖	6	
塩	少々	
にんじん	40	
かんぴょう	12	
凍り豆腐	10	
干し椎茸	4	
れんこん	80	
おきえび	60	
さやいんげん	12	
みりん	6	
醤油	20	
砂糖	16	
きざみのり	4	

