1月 給食だより

令和7年度
境港市
学校給食センター

1、2月の給食に登場！

お魚＆やさい愛ディア料理

小学5年生から中学３年生に募集した愛ディア料理が１月から2月の給食に登場します。今年は257点の応募があり、その中から41点が優秀作品で選ばれました。アイデア溢れる、素敵な料理を紹介します！たくさんのご応募、ありがとうございました。

1月14日（水）
いわしのボロネーゼ

渡小学校　黒田　優那さん

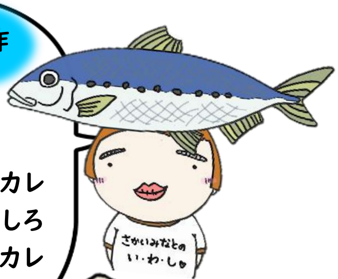
いわしのくさみ消しが、ポイントとなっているようです。黒田さんのレシピは、スパゲティーで作られていましたが、給食では、米粉マカロニで挑戦します！

1月15日（木）　合作
ふるさと大好きシーフードカレー

渡小学校　　角　優花さん　渡辺　敬仁さん

余子小学校　舟越　心美さん

いわしだんご、いか、ちくわという、各自カレーに入れる魚の種類がちがっていて、おもしろい！みんなの希望を取り入れたシーフードカレーです。



1月16日（金）　合作
さけたっぷりにんじゃかき揚げ

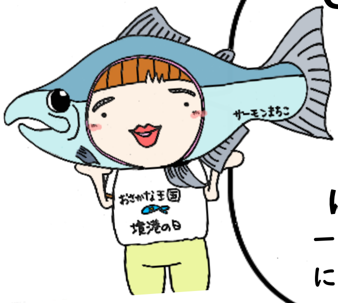
渡小学校　福井　悠佳さん

上道小学校　森脇　菜月さん

余子小学校　勝部　想代歌さん

中浜小学校　山田　さくらさん

にん→にんじん、じゃ→じゃがいもからネーミング。全員が、**境港サーモン**をかき揚げにとり入れていました。



1月19日（月）　合作
みなとまちこもほっぺが落ちる サーモンのみそマヨ焼き

外江小学校　小林　志穂さん

上道小学校　野坂　樹生さん

余子小学校　黒目　結梨さん　富山　琴乃さん

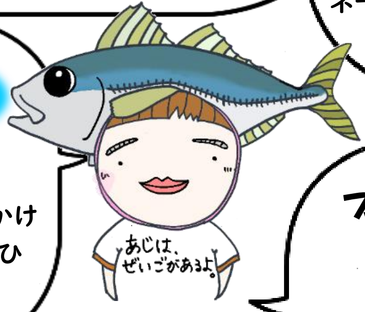
まちこのほっぺが、おいしすぎてこれ以上落ちてはこまります（笑）。絶対おいしい**境港サーモン**、マヨネーズ、みその組み合わせ。ホイル焼きのレシピで応募してくれた人もいました。

1月20日（火）　合作
鯵男のツナミートソース

上道小学校　佐々木　悠人さん

余子小学校　山中　勝惺さん

インパクト大なネーミング。そして、フライにかけるソースにまで魚を入れるという、魚愛をひしひしと感じる　**あじフライ**です。



1月22日（木）　合作
ブリねぎ神（ゴッド）ソース！

余子小学校　竹下　しきさん

中浜小学校　石倉　悠太郎さん

白ねぎ入りソースの味は、神がかっているのか？！味のバランスが、まさに神！！新年早々、縁起が良い一品をいただきましょう。南蛮漬けみたいに調理します。

1月23日（金）　合作
野菜もりもりかにグラタン

渡小学校　　木村　みさきさん

余子小学校　濵口　夢芽さん　濵田　真美さん

中浜小学校　足立　竣哉さん　黒栁　優花さん

「鮭」や「かに」は、グラタンで食べるとおいしい！ということが伝わるくらい、みんながかにと**境港サーモン**をグラタンに入れてくれました。

1月29日（木）　合作
いかと野菜のふわふわチヂミ

渡小学校　　石田　真唯さん

上道小学校　長島　ひよりさん

中浜小学校　川田　亜依來さん

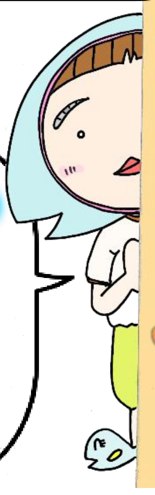
給食センター初挑戦❕チヂミ、作ってみようじゃないか！ということで、米粉やじゃがいもを生地に使い、ふわっとしたチヂミに仕上げます。

1月30日（金）　合作
サーモンカレークリームスープ

上道小学校　牧戸　旭陽さん

中浜小学校　入江　駈さん

鮭は、食べやすい魚ですが、独特のにおいがあります。カレーの香りで、クリームスープを作るレシピに興味あり！鮭特有のにおいが消えて、おいしく食べられる一品になりそうです♪



どれも おいしそう…
まちこ、幸せ…

2月4日（水）　合作
海の幸アジの甘酢漬け
上道小学校　杉本　碧音さん
中島　うめさん　景山　咲空さん

食べやすい**あじ**を使った料理。そこに、鳥取県特産の**らっきょう**と**二十世紀梨**で、酸味と甘味をつける工夫がすばらしい！

2月6日（金）　合作
境港サーモンのまぜチャーハン
上道小学校　三代　蕾さん
余子小学校　細木　美結さん
中浜小学校　井田　みのりさん

大人気の**境港サーモン**を主食に使った料理を考えてくれました。**白ねぎ**の甘みも引き立つ一品です♡

2月9日（月）　合作
はまちのポキ風がらめ
余子小学校　荒谷　幸奈さん　角　悠亮さん

ハワイの「ポキサラダ」をイメージして、魚と野菜を合わせた料理です。**はまち**にごまの甘酢ダレをからめて、ご飯がすすむことまちがいなし！

2月13日（金）　合作
イカす！白ねぎととうふちくわバーグ
渡小学校　足立　日香さん
外江小学校　柏木　七虹さん
第三中学校　荒木　遥斗さん

シーフードをハンバーグに入れた逸品。**いか**や**たこ**、そして**豆腐ちくわ**も入っています。ネーミングもイカしてる～👍

2月18日（水）　合作
いかと白ねぎのにんにく炒め
外江小学校　遠藤　匠さん
余子小学校　平松　紗和さん　安田　蒼都さん

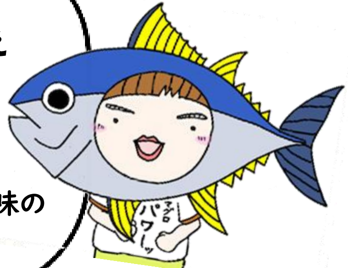
いかを使った料理を、いろいろと考えてくれました。白ねぎとにんにくも使って、食欲をそそる逸品です♡

2月19日（木）　合作
ねぎま鍋
中浜小学校　濵田　音成さん
第二中学校　阿部　桃花さん

ねぎとまぐろで「ねぎま鍋」です！境港で水揚げされた**黒まぐろ**を、たっぷり野菜とともにいただきます☆

2月24日（火）
白ねぎとさつまいものゆかりかつおあえ
第二中学校　渡瀬　裕貴さん

地元の**白ねぎ**と**さつまいも**を、赤しそふりかけとかつお節で和える斬新さ！
さつまいもの甘みと赤しそ、かつお節の塩味の甘じょっぱさがクセになりそうです♡



令和６年度の優秀作品から
「体ぽかぽかサーモンシチュー」
のレシピを紹介します。

【材料】　（４人分）
- 鮭切り身………60g
- にんじん………35g
- キャベツ………40g
- 白ねぎ…………30g
- さつまいも……80g
- にんにく………0.5g
- パセリ…………2g
- ★
  - 豆乳……………50g
  - 豆乳チーズ……60g
  - コンソメ……小さじ２
  - こしょう……少々
- 食塩…………適宜
- 酒……………小さじ2/3
- 水……………１と3/4カップ

【作り方】

① 鮭は、切り身を２cm角に切る。鍋に分量外の少量の湯を沸かし、鮭、にんにく、酒を入れ、さっと火を通し、ざるにあげて、汁気をきっておく。

② にんじんは 5mm幅のいちょう切り、キャベツはざく切り、白ねぎは斜め切り、さつまいもは半月切り、パセリはみじん切りにする。

③ 鍋に、水とにんじんを入れて火にかける。さらにキャベツ、さつまいも、ねぎを順次入れ、火を通し、①の鮭を加える。

④ ★の材料を入れ、沸騰直前でパセリを入れる。味をみて、塩でととのえる。