

学校給食だより

今月の給食予定人員
 幼稚園… 792人
 小学校… 2,575人
 中学校… 1,385人
 計 … 4,752人

発行
 赤穂市学校給食会
 赤穂市立学校給食センター
 TEL 48-7151・7252
 FAX 48-1540



給食費口座振替日 1月25日(月)
 再振替日 2月5日(金)
 【通帳残高を確認のうえ前日までに
 入金しておいて下さい。】

令和3年1月分学校給食献立表

日・曜	13日(水)	14日(木)	15日(金)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)
ごはん	ごはん	コッペパン	ごはん	ごはん	わかめごはん	ごはん	こめこパン	むぎごはん	地場産デー	ごはん	ごはん
ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	◎のむヨーグルト	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	◎のむヨーグルト	わくわくごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
だいこん	だいこん	クリームシチュー	えびボールスープ	とんじる	コンソメスープ	すましじる	パンネのトマトソースに	カレーシチュー	ぎゅうにゅう	わかめスープ	みぞれじる
さばのみそ	さばのみそ	ポロニアカツ	とりにくのレモンづけ	いわしのレモンに	チキンポテトカツ	ぶりのてりやき	オムレツ	だいずとちりめんじゃこの	たこのからあげ	ビビンバのぐ	たいのしおやき
えだまめ	えだまめ	まぜまぜゼリー	かいそうサラダ	ミニトマト(小中)	ヨーグルトあえ	もろどんサラダ	ゆでブロッコリー	ごまがらめ	あこうみかん	(やきにく	こまつなあえ
		ウスターソース	かんきつドレッシング	こんぶのふりかけ			マヨネーズ	フルーツポンチ	あじつけれり	(ナムル	
ざいりょう	とりにく・だいこん にんじん・ねぎ・しめじ とうふ・かまぼこ あぶらあげ けずりぶし・こんぶ	ベーコン・たまねぎ じゃがいも・マッシュルーム にんじん・グリーンピース ぎゅうにゅう・なまクリーム ホワイトルウ・チキンブイヨン	えびボール・はくさい にんじん・たまねぎ ほししいたけ・ねぎ しょうが・チキンブイヨン	ふたにく・ごぼう にんじん・だいこん こんにゃく・さといも ねぎ・あぶらあげ けずりぶし・みそ	ベーコン・たまねぎ キャベツ・にんじん ホールコーンかん・セロリ マッシュルーム・パセリ チキンブイヨン	とうふ・あぶらあげ かまぼこ・えのきだけ みつば・にんじん けずりぶし・こんぶ ぶり	マカロニ・ふたミンチ にんにく・たまねぎ セロリ・トマト トマトかん・ケチャップ しろワイン・チキンブイヨン	ぎゅうにく・じゃがいも たまねぎ・にんじん トマトかん・にんにく カレールウ・あかワイン ひよこめ	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・けずりぶし みそ	わかめ・ほたてかいばしら にんじん・たまねぎ えのきだけ・ねぎ けずりぶし	とりにく・だいこん にんじん・あぶらあげ とうふ・かまぼこ しめじ・ほししいたけ・ねぎ けずりぶし・こんぶ
さばのみそ	さばのみそ	ポロニアカツ・あぶら	とりにく・でんぶん レモンかじゅう・あぶら	いわしのレモンに	チキンポテトカツ・あぶら	もろどん・ほうれんそう にんじん・ホールコーンかん ハム・わかめ ごま・ごまあぶら	オムレツ	だいず・ちりめんじゃこ ごま・でんぶん・あぶら	たこのからあげ・あぶら	こうペビーフ・やきにくのたれ	たい
えだまめ	えだまめ	まぜまぜゼリー パインかん・カクテルゼリー	きゅうり・にんじん かいそう・いとかんてん	ミニトマト	ヨーグルト・おうとうかん パインかん・みかんかん くるまめかん・カクテルゼリー		ブロッコリー	ナタデココ・みかんかん おうとうかん・パインかん	あこうみかん (天候不良等により一部 県外産のものがあつります)	もやし・にんじん ほうれんそう クリーミードレッシング ごま・ごまあぶら・コチジャン	こまつな・シーチキン いとかまぼこ・ごま はなかつお

日・曜	28日(木)	29日(金)
コッペパン	ごはん	ごはん
ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
コーンポタージュ	けんちんじる	けんちんじる
しかにくコロッケ	とりにくのごまがけ	とりにくのごまがけ
ゆでキャベツ	しそひじき	しそひじき
とんかつソース	◎プリンタルト	◎プリンタルト
ベーコン・たまねぎ にんじん・グリーンピース マッシュルーム クリームコーンかん ホールコーンかん ぎゅうにゅう・なまクリーム ホワイトルウ・チキンブイヨン	とりにく・とうふ にんじん・ごぼう だいこん・ねぎ さといも・こんにゃく ほししいたけ・けずりぶし	とりにく・ごま でんぶん
しかにくコロッケ・あぶら		
キャベツ		

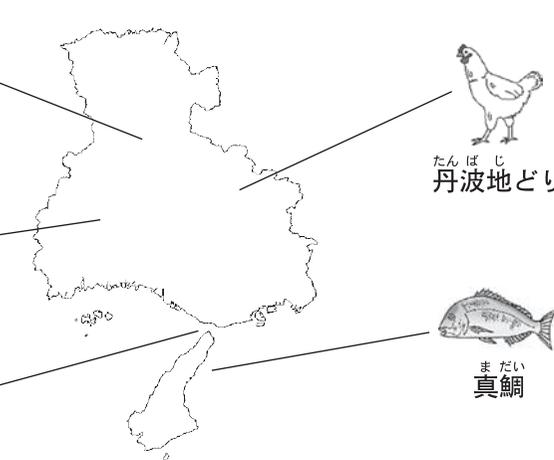
あつまれ！兵庫のごちそう

1月24日から30日は全国学校給食週間です。今年は「あつまれ！兵庫のごちそう」をテーマに、25日から5日間、兵庫県各地の美味しい食材を使ったメニューが登場します。兵庫のめぐみをたっぷり味わいましょう。

26日(火) ビビンバの具 焼き肉
 黒毛和牛の中でも頂点とされるのが兵庫県産の「但馬牛」。さらにその中から厳しい審査に合格すると「神戸ビーフ」と呼ばれます。

28日(木) 鹿肉コロッケ
 牛肉や豚肉に比べて脂質が少ないヘルシーな肉として注目されています。

25日(月) たこのから揚げ
 明石海峡の激しい潮流にもまれて育った明石だこは弾力があり、かむほど口の中にうまみが広がります。



29日(金) とり肉のごま酢がけ
 自然に近い環境でのびのびと育てられています。肉のうまみがしっかり感じられ、歯ごたえがあるのが特徴です。

27日(水) 鯛の塩焼き
 瀬戸内海で育った鯛は姿も色も美しく、まさに魚の王様。身はほどよくしまり、うまみも濃厚です。

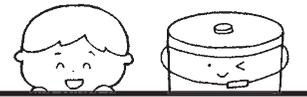
○印は幼稚園の給食日です。

●●● 給食標語 「いつまでも 食べていたいな 地元味」 令和2年度 城西小6年 畑中 彩希 ●●●

裏面もごらん下さい。



給食ができるまでを見てみよう



みなさんが毎日食べている給食は、どのように作られているのでしょうか？今回は1月25日（月）地場産デーの給食ができるまでの様子を紹介합니다。給食センターならではの工夫がたくさんあります。いくつか見つかるかな？

〈みそ汁〉



「球根皮むき器」という機械でにんじんの皮をむきます。

むききれず残った皮は1つ1つ手でむきます。



「スライサー」という機械で、にんじん・ねぎ・油あげを切ります。



調理員さんが手作りした「豆腐切り器」で豆腐を切ります。



直径120cmもある大きな鍋で材料を煮て、みそで味つけします。



クラスの人数分をはかって、食缶に入れます。

〈たこのから揚げ〉



「フライヤー」という機械で揚げます。米粉をつけたたこを入れます。



コンベアにのって油の中を流れています。



カラッと揚がって出てきます。



クラスの人数分をはかってバットに入れます。



出来上がった給食を各学校のコンテナに入れます。

〈赤穂みかん〉



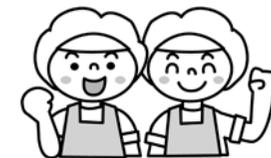
みかんを水で洗ってとなりのシンクに移します。これを3回繰り返します。

どうして3回も洗うの？

- ・虫や傷みを見逃さないため
 - ・少しでも汚れや菌を減らすため
 - ・農薬やワックスをしっかりと落とすため
- 皮ごと食べるりんごやミニトマトなどは特に念入りに洗っています。
- 給食で使う野菜・果物はすべて同じように3回洗っています。



クラスの人数分を数えて袋に入れます。数え間違えないように、2人1組で数えます。



コンテナをトラックにのせたら、みなさんの元へ出発！空っぽになって返ってきた食缶を見ると、作ったかいがあってうれしくなります。みなさん、たくさん食べてくださいね！