

学校給食センター「ウィークリーレポート」

10月29日から11月2日までの給食献立

10月29日（月曜日）



ごはん、里芋と大根のそぼろ煮、
きゅうりのおかかあえ、
きなこ豆、牛乳

10月30日（火曜日）



キャロットパン、肉うどん、
麦みそちりめんいり豆腐、
りんご、牛乳

10月31日（水曜日）



ごはん、中華丼（具）、
きゅうりのピリからづけ、
大学芋、牛乳

11月1日（木曜日）



コッペパン、
パンプキンポタージュ、
若鶏のオレンジソースかけ、
キャベツサラダ、牛乳

11月2日（金曜日）



しょうゆめし、きのこ汁、
えびと野菜のかき揚げ、
チンゲンサイのカシューナッツ
あえ、牛乳

月曜日、水曜日、金曜日は
ご飯の日、
火曜日、木曜日は、
パンの日になります。

今回のおすすめメニューは

10月31日の「きゅうりのピリからづけ」です。

材料（4人分）



きゅうり	2本
調味料	
砂糖	小さじ 2分の1
うすくちしょうゆ	小さじ 1
穀物酢	小さじ 2分の1
ごま油	小さじ 2分の1
豆板醤	少々

作り方

1. きゅうりは厚目の輪切りにして塩もみしておく。
2. 調味料をよく混ぜ合わせ、1のきゅうりをあえる。

子供たちに人気のメニューです。

簡単に作ることができますので、ぜひお試しください。

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

学校給食センターで使っている米は、伊予市産の米で品種は「にこまる」や「ヒノヒカリ」です。電熱式の炊飯ラインで、1釜に7キログラム（約47合）の米を入れて、40釜280キログラムを炊いています。白飯、麦飯、六穀米ご飯、わかめご飯、炊込みご飯、ピラフ、ちらし寿司など、いろいろな種類のご飯を提供しています。

ところで、炊飯釜1個分はどのくらいの重さだと思いますか。なんと、蓋だけで3.5キログラムあります。本体は9キログラムなので、合わせて12.5キログラム。さらに、中には炊きあがったご飯が15.5キログラム入っているので、全部で28キログラムの重さとなります。作業するのはとても大変ですが、しっかりとした釜のおかげで、おいしいご飯が炊くことができます。



今週のつぶやき

学校給食センターのいろいろなことをどんどん発信していこうと、今回より「ウィークリーレポート」を掲載することになりました。給食献立や調理作業のこと、苦労話など、様々な情報をお伝えしていこうと思っていますので、よろしくお願いいたします。

さて、秋の味覚がおいしい季節になりました。

10月31日には、子供たちはもちろん、センター職員にも人気のメニュー「大学芋」を取り入れてみました。これからも、季節の旬の食材を使った様々なメニューを子供たちに届けていきたいと思います。

バックナンバー（過去のレポート）

次回から更新します。

お問い合わせ

教育委員会事務局学校給食センター学校給食担当
伊予市大平甲911番地2
電話番号：089-989-5257