

学校給食センター「ウィークリーレポート」

11月19日から11月22日までの給食献立

11月19日（月曜日）



中華風まぜご飯、わかめスープ、揚げ魚とパイアの甘酢あんかけ、牛乳

11月20日（火曜日）



コッペパン、レーズンクリーム、裸麦入り野菜スープ、鶏肉のチーズ焼き、かぼちゃサラダ、牛乳

11月21日（水曜日）



ごはん、豆腐の五目あんかけ、大根ときゅうりのナムル、いりこのいそかあえ、牛乳

11月22日（木曜日）



黒糖パン、しょうゆラーメン、揚げレバーのほうれん草あえ、牛乳

11月23日（金曜日）

勤労感謝の日

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

11月20日の「かぼちゃサラダ」です。



材料（4人分）

かぼちゃ	200グラム
きゅうり	2本
玉ねぎ	6分の1玉
しらす干し	大さじ1杯
サラダ油	大さじ1杯
塩	少々
こしょう	少々
酢	小さじ1杯
砂糖	小さじ1杯

作り方

1. かぼちゃは8ミリメートルのいちょう切り、きゅうりは3ミリメートルの輪切り、玉ねぎは薄くスライスする。
2. かぼちゃは5分から8分程度茹でておく。
3. きゅうりと玉ねぎを塩もみして、水分を切る。
4. サラダ油・塩・こしょう・酢・砂糖を混ぜ合わせて、ドレッシングを作る。
5. かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ・しらす干しに4のドレッシングを入れて混ぜる。

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」



この2台の機械は何をする機械だと思いますか？

学校給食センターでは、毎日約3200食の給食を作っています。献立には多くの野菜を使用しますが、どうしても調理に使用できない部分が出てしまいます。使用できない部分は処理業者が回収してくれますが、量がかさばると費用が多くかかってしまいます。

そこで活躍するのがこの機械です！

左上の写真の機械は「下処理用粉碎流し台」。右上の写真の機械は「脱水機」です。



「下処理用粉碎流し台」に野菜の廃棄部分を投入すると粉碎機で細かくし、野菜くずは、流水とともに約50メートル離れた「脱水機」まで調理場床下のパイプの中を流れていきます。



ある調理員さんは、粉碎された野菜くずが床下を流れていくことを想像すると、投入するときに思わず「どんぶらこ・・・どんぶらこ」ってつぶやいてしまうそうです。

今週のつぶやき

「パパイヤ」と聞くと南国の果物をイメージすると思いますが、野菜として使用する「青パパイヤ」が伊予市で栽培されています。タンパク質分解酵素の「パパイニン」「ポリフェノール」「ビタミンC」などが豊富に含まれています。

伊予市大平の青パパイヤ生産・普及グループ「青いよパパイヤクラブ」が数年前から青パパイヤの良さを広めようと、積極的に普及活動に取り組んでいます。

青パパイヤの旬は9月から12月中旬で、伊予市の給食にも、11月15日の「パパイヤカレーライス」、11月19日の「揚げ魚とパパイヤの甘酢あんかけ」に取り入れています。

もし、どこかの店で見かけたら、大根に似たくせのない味なので使ってみてはいかがでしょうか。



バックナンバー（過去のレポート）

[平成30年10月29日から11月2日（PDF：183KB）](#)

[平成30年11月5日から11月9日（PDF：219KB）](#)

[平成30年11月12日から11月16日（PDF：227KB）](#)

関連リンク

- [伊予市学校給食センターの概要](#)
- [学校給食センター発「食育の取組み」](#)
- [学校給食センター給食献立表・給食センターだより](#)
- [「伊予市学校給食センター」施設見学のご案内](#)

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