

# 学校給食センター「ウィークリーレポート」

## 9月2日から9月6日までの給食献立

9月2日（月曜日）



- 豚丼
- ゴーヤのかき揚げ
- ミニトマト
- 牛乳

9月3日（火曜日）



- 黒糖パン
- パンプキンポタージュ
- スパニッシュオムレツ
- 大根サラダ
- 牛乳

9月4日（水曜日）



- ご飯
- 豆腐汁
- つくね揚げ
- 茎わかめのサラダ
- 牛乳
- みかんジュース

9月5日（木曜日）



- コッペパン
- タンタン麺
- にんにくの芽のいため物
- 牛乳

9月6日（金曜日）



- ご飯
- 肉じゃが
- ホキの天ぷら
- きゅうりの昆布あえ
- 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

9月3日の「スパニッシュオムレツ」です。



#### 材料（4人分）

たまご・・・・・・・・・・・・・4個  
ベーコン（ハーフサイズ）・・・・5枚  
フライドポテト（冷凍）・・・・70グラム  
むきえだまめ（冷凍）・・・・30グラム  
砂糖・・・・・・・・・・・・・小さじ2杯  
塩・・・・・・・・・・・・・少々

#### 作り方

1. ベーコンは1センチメートル幅に切る。
2. ボウルにたまごを割って砂糖・塩・こしょうを入れ、よくかきまぜる。
3. フライパンにオリーブオイルを入れて、ベーコン・フライドポテト・むきえだまめを入れてひとまぜし、均一にならしてから、2を流し入れ、ふたをして弱火で12分蒸し焼きにする。

こしょう・・・・・・・・・・少々  
オリーブオイル・・・・・・・・・・小さじ1杯

### 給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

以前、調理場内で便利な機器として「球根皮剥機」を紹介しました。  
しかし、機械は万能ではありません。  
じゃがいものように、表面がでこぼこしている野菜の皮を全て球根皮剥機で剥こうとすると、食べられるところまで無駄になってしまいます。  
そこで、多少皮が残る程度で取り出し、調理員がじゃがいもの芽や残った皮など、1つ1つ確認しながらピーラーで取り除いています。



じゃがいもは凹んでいるところから発芽するので、気をつけながら取り除いています。

### 今週のつぶやき

今週のおすすめメニューの「スパニッシュオムレツ」は、スペインの家庭料理です。  
日本のお好み焼きのように、作る人によって様々な具材が使われるそうですが、じゃがいもは欠かせないそうです。  
給食では、ベーコン・フライドポテト・むきえだまめを使いました。  
市販のフライドポテトを使用することで、焼き時間の短縮ができました。



ボウルに混ぜた具材を、スチームコンベクションオーブンの鉄板に敷き詰め、その上に溶きたまごを流しいれ、ヘラで均一にしました。  
カップに入れて、オーブンで焼くとお弁当のおかずにも！  
ぜひ、お試しください。

### バックナンバー（過去のレポート）



学校給食センターの情報はこちらから

イラストをクリックすると該当のページを見ることができます。



施設概要



食育の取組み



施設見学のご案内



食物アレルギー対応



おすすめメニュー  
レシピ集



給食献立表・  
給食センターだより



給食センター  
イメージング



給食についての  
アンケート結果