

# 学校給食センター「ウィークリーレポート」

## 10月28日から11月1日までの給食献立

10月28日（月曜日）



- ご飯
- かぼちゃのカレー煮
- あじの塩焼き
- みかん
- 牛乳

10月29日（火曜日）



- 玄米ご飯
- きつねうどん
- えびのフリッター
- きゅうりのゆずあえ
- 牛乳

10月30日（水曜日）



- 鶏ごぼう丼
- かきたま汁
- 昆布サラダ
- 牛乳

10月31日（木曜日）



- パンプキンパン
- 白菜とベーコンのスープ
- 揚げ魚のレモンあえ
- マカロニサラダ
- 牛乳

11月1日（金曜日）



- ご飯
- 豆腐の五目あんかけ
- れんこんナムル
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

10月28日の「かぼちゃのカレー煮」です。



#### 材料（4人分）

鶏ひき肉・・・・・・・・・・60グラム  
かぼちゃ・・・・・・・・・・6分の1個  
にんじん・・・・・・・・・・3分の1本  
玉ねぎ・・・・・・・・・・1個  
冷凍いんげん・・・・・・・・20グラム  
サラダ油・・・・・・・・・・小さじ1杯

#### 作り方

1. かぼちゃは2センチメートル角に切る。にんじんと玉ねぎはみじん切りにする。いんげんは3センチメートルの長さに切る。
2. 熱したフライパンにサラダ油を入れ、鶏ひき肉を炒める。火が通ったらにんじん・玉ねぎを入れて炒め、かぼちゃ・砂糖・水を入れて煮る。

砂糖・・・・・・・・・・大さじ1杯  
カレールー・・・・・・・・・・2分の1かけ（10グラム）  
薄口しょうゆ・・・・・・・・・・大さじ2分の1杯  
塩・・・・・・・・・・少々  
水・・・・・・・・・・120CC

3. かぼちゃが柔らかくなってきたら、いんげん・カレールー・薄口しょうゆ・塩を入れて、味がしみるまで煮る。

## 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は伊予市産の野菜等を上手に活用するため、6月下旬に農協関係者・農業従事者・伊予市農業振興課担当職員と話し合いを行いました。

その際、農業従事者の方から「『たけのご白菜』は虫がつきにくく、スラッとしていて使いやすいと思うよ」と提案を受け、さっそく植え付けてもらいました。

たけのご白菜

白菜



一般的な白菜は、白と緑の葉が重なりあったずっしりとした円筒型をしています。たけのご白菜は細長い形をしていて、40センチメートルから50センチメートル程度に成長します。

たけのご白菜は、歯切れがよく、甘みがあるのが特徴です。給食ではスープに入れました。シャキシャキ感の残るおいしい白菜スープになりました。



## 今週のつぶやき

10月31日はハロウィンでしたね。

ハロウィンのシンボルとしてよく目にするのが、目と口と鼻をくり抜いて中にキャンドルを灯したかぼちゃのランタン。

給食もハロウィンにちなんで、パンプキンパンの登場です。

パン生地にかぼちゃペーストを練りこんでいます。  
いつものコッペパンに比べて、ほんのりオレンジ色のパンに仕上がってしました。

コッペパン



パンプキンパン



ハロウィンはもともと秋の収穫を祝い、悪霊などを追い出す宗教的な意味合いがあるそうです。  
実りの秋、旬のおいしい食材を使った給食を提供できるように学校給食センターもがんばっています。

### バックナンバー（過去のレポート）

[令和元年10月21日から10月25日（PDF：503KB）](#)

[令和元年10月14日から10月18日（PDF：478KB）](#)

[令和元年10月7日から10月11日（PDF：498KB）](#)

[令和元年9月30日から10月4日（PDF：448KB）](#)

[令和元年9月23日から9月27日（PDF：472KB）](#)

[令和元年9月16日から9月20日（PDF：453KB）](#)

[令和元年9月9日から9月13日（PDF：594KB）](#)

[令和元年9月2日から9月6日（PDF：483KB）](#)

[ウィークリーレポート集](#)

### 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**