

学校給食センター「ウィークリーレポート」

11月18日から11月22日までの給食献立

11月18日（月曜日）



- ご飯
- いそ煮
- ピザ風ポテト
- 白菜のごまドレッシングサラダ
- 牛乳

11月19日（火曜日）



- コッペパン
- 里芋ときのこのシチュー
- チンゲンサイサラダ
- りんご
- 牛乳

11月20日（水曜日）



- わかめご飯
- 春雨スープ
- 揚げレバーのピリ辛ソース
- キャベツの甘酢づけ
- 牛乳

11月21日（木曜日）



- キャロットパン
- コーンラーメン
- 豚っこキムチ
- 牛乳

11月22日（金曜日）



- ご飯
- じゃがいものそぼろ煮
- 焼き魚のマリネ
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

11月21日の「豚っこキムチ」です。



材料（4人分）

豚もも肉・・・・・・・・・・100グラム
濃口しょうゆA・・・・・・・・小さじ1杯
酒・・・・・・・・・・・・小さじ1杯
しょうが・・・・・・・・・・少々
サラダ油・・・・・・・・・・小さじ1杯
キャベツ・・・・・・・・・・4分の1玉
玉ねぎ・・・・・・・・・・・・1個

作り方

1. 豚肉を2センチメートル幅に切り、濃口しょうゆA・酒・しょうがで下味をつける。
2. キャベツは1センチメートル幅に切り、玉ねぎは薄切り、ピーマンは千切りにする。
3. 熱したフライパンにサラダ油を入れ、1を炒める。火が通ったら、キャベツ・玉ねぎ・ピーマンを入れて炒める。
4. 野菜がしんなりしたら、白菜キムチと濃口しょうゆBを入れて炒め、塩・こしょうで味を調える。

ピーマン・・・・・・・・・・1個
白菜キムチ・・・・・・・・・・150グラム
濃口しょうゆB・・・・・・・・大さじ1と2分の1杯
塩・・・・・・・・・・少々
こしょう・・・・・・・・・・少々

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

新米の季節になりました。今月から学校給食センターでも新米のご飯です！



学校給食センターの自慢のひとつに米倉庫があります。まずはその広さ。33平方メートルあります。（約20畳、テニスコートの3分の1ぐらいの広さです。）これは災害時に備えて10キログラム入りの米が200袋、備蓄できるように設計されています。もちろんエアコンで一定の温度管理をしています。



次に納品のしやすさ。米倉庫内には14台の移動ラックがあります。ラックを米納入口まで移動することで、配送業者は靴の履き替えをしないで納品することができます。ラックの高さも腰への負担が少なく、とても納品しやすいと言われました。

今週のつぶやき

18日、伊予地区（松前町・砥部町・伊予市）統一献立の「ピザ風ポテト」を作りました。まず、大きなボウルで食材を混ぜ、スチームコンベクションオーブン（スチコン）の鉄板に並べたアルミカップへ分けていきます。数をこなすにつれ、均等に素早く分けていくことができました。次にチーズをのせて、スチコン（180度10分）で、ほんのり焦げ目がつくまで焼き上げます。



バックナンバー（過去のレポート）

[令和元年11月11日から11月15日（PDF：865KB）](#)

[令和元年11月4日から11月8日（PDF：457KB）](#)

[令和元年10月28日から11月1日（PDF：496KB）](#)

[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