

学校給食センター「ウィークリーレポート」

1月20日から1月24日までの給食献立

1月20日（月曜日）



- ご飯
- のっぺい汁
- 揚げ鶏のアーモンドがらめ
- ひじきサラダ
- 牛乳

1月21日（火曜日）



- コッペパン
- みそラーメン
- 豚肉と白ねぎの炒め物
- いちごジャム
- 牛乳

1月22日（水曜日）



- ポークカレーライス
- 根菜サラダ
- iringo no isoka aae
- 牛乳

1月23日（木曜日）



- バーガーパン
- 裸麦入り野菜スープ
- ハンバーグのきのこソース
- 白菜とりんごのサラダ
- 牛乳

1月24日（金曜日）



- 親子丼
- 切り干し大根の炒め煮
- ぼんかん
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

1月21日の「揚げ鶏のアーモンドがらめ」です。



材料（4人分）

ささみ・・・・・・・・・・4本
しょうが・・・・・・・・・・少々
濃口しょうゆ・・・・・・・・小さじ2分の1杯
酒A・・・・・・・・・・小さじ1杯
片栗粉・・・・・・・・・・適量
揚げ油・・・・・・・・・・適量

作り方

1. ささみのすじをとり、一口大に切って、しょうが・濃口しょうゆ・酒Aにつけて、20分程度おく。
2. ボウルに砂糖・酒B・薄口しょうゆを入れてよく混ぜ、タレを作る。
3. ささみの下味を切り片栗粉をまぶして、180度の油で、からりと揚げる。

砂糖・・・・・・・・・・小さじ2杯
酒B・・・・・・・・・・小さじ1杯
薄口しょうゆ・・・・・・・・小さじ1杯
スライスアーモンド・・・8グラム
青のり・・・・・・・・・・少々

4. 揚げたささみを2のタレで和え、スライスアーモンドと青のりをかける。

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。

「全国学校給食週間」は、戦後、食べるものがない日本の子どもたちを救うために、アメリカ支援団体から缶詰・小麦粉・ミルクなどが贈られたことを記念してできました。

今は、なんでも食べることができる時代です。だからこそ、食べ物大切さ、食事を作ってくれた人たちへの感謝の気持ち、毎日食べている給食もたくさんの人の思いや苦勞が詰まっていることを再認識してほしいと考えています。

伊予市でも、昭和22年から学校給食が始まり、昭和30年には完全給食（パン・ミルク・おかず）になりました。さらに、昭和54年からは、米飯給食も始まりました。

そして、平成28年7月までは、5つの自校式調理場と2つの給食センターでそれぞれ給食を作っていましたが、9月からは伊予市内全域の小・中学校の給食を学校給食センターで担うようになりました。

学校給食の移り変わり



昭和50年代

米飯給食が始まり、和食の献立が取り入れられ、給食内容が充実してきました。

また、箸が導入され、食事マナーについても学べるようになりました。



平成

健康を考えた食品選びが行えるバイキング給食が始まりました。

好きなものだけを食べるのではなく、栄養を考えた食事のとり方を楽しみながら学ぶようになりました。



現在

給食を「生きた教材」として活用し、栄養バランスの良い食事や食文化を学んだり、食に関わる人々への感謝の気持ちを学んだりしています。

また、学級活動で朝ごはんの大切さを学んだり、家庭科や社会科などの教科学習と関連させながら、健康に良い食事や食品の生産・流通について学んだりしています。

今週のつづやき



おすすめメニューの「揚げ鶏のアーモンドがらめ」に使用したスライスアーモンドです。オーブンで10分加熱しています。

見た目には大差はありませんが、ローストされたアーモンドの香ばしさが加わることで、おいしく仕上がります。

また、青のりもからいりしています。

目に見えないひと手間ですが、少しでもおいしく食べてもらいたくて頑張っています。

バックナンバー（過去のレポート）

[令和2年1月13日から1月17日（PDF：758KB）](#)

[令和2年1月8日から1月10日（PDF：668KB）](#)

[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