

学校給食センター「ウィークリーレポート」

6月15日から6月19日までの給食献立

6月15日（月曜日）



- 玄米ご飯
- 伊予國みそ汁
- はもすり身のつくね焼き
- キャベツのレモンづけ
- 牛乳

6月16日（火曜日）



- 米粉パン
- パンプキンポターージュ
- 若鶏のオレンジソースがけ
- ひじきサラダ
- 牛乳

6月17日（水曜日）



- しらすわかめご飯
- 裸麦うどん
- ささみとキャベツの卵とじ
- 牛乳
- みかんジュース

6月18日（木曜日）



- ご飯
- 野菜の含め煮
- 揚げ魚のマリネ
- 牛乳

6月19日（金曜日）



- ビビンバ
- トックスープ
- きゅうりと大根のナムル
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

6月19日の「ビビンバ」です。



材料（4人分）

牛肉・・・・・・・・・・100グラム
酒・・・・・・・・・・小さじ1杯
おろしにんにく・・・・・・・・少々
おろししょうが・・・・・・・・少々
サラダ油A・・・・・・・・小さじ1杯

豆板醤・・・・・・・・少々
コチュジャン・・・・・・・・小さじ1杯

作り方

1. 水煮ぜんまいともやしは食べやすい大きさに切り、チンゲンサイは1センチメートル幅に切る。
2. 溶き卵に砂糖Bと塩を入れて混ぜる。熱したフライパンにサラダ油Bを入れ、溶き卵を入れて炒め、炒り卵を作る。
3. 熱したフライパンにサラダ油Aを入れ、おろしにんにく・おろししょうが・豆板醤・牛肉・酒を入れて炒める。

砂糖A 大さじ1杯
 濃口しょうゆ 小さじ2杯
 水煮ぜんまい 60グラム
 もやし 80グラム
 チンゲンサイ 80グラム
 白ごま 大さじ1杯
 ごま油 小さじ1杯

 卵 2個
 サラダ油B 小さじ1杯
 塩 少々
 砂糖B 小さじ3分の1杯

4. もやしとぜんまいを3に入れて炒め、砂糖A・濃口しょうゆ・コチュジャンを入れて混ぜる。
5. もやしが生んなりしたら、炒り卵とチンゲンサイを入れて炒め、仕上げに白ごまとごま油を入れて混ぜる。

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

16日朝8時30分の学校給食センターの作業風景です。



検収室をのぞくとパンプキンポタージュ用のかぼちゃを「かぼちゃカッター」で4等分に切っていました。てこの原理と調理員の卓越した技で簡単に切っているようにみえますが、かなりの重労働なんです。4等分にしたかぼちゃは種と中綿をスプーンで手際よく取り除きました。

しばらく見ていると目に違和感が



何事かと隣の下処理室へ行くと玉ねぎの処理が始まっていました。1.5センチメートルのさいの目切りにするために、玉ねぎの上下を切り落とし茶色い皮を取り除きます。かなりの刺激が下処理室中に漂っていますが、調理員たちは泣き言も言わず、黙々と玉ねぎの処理をしていました。

調理場に行ってみると

クリームポタージュのルウを溶いていました。粉末のルウを泡だて器でダマにならないように丁寧に溶いて、パンプキンポタージュを作る準備をしていました。



11時には学校への配送が始まります。
時間との戦いですが、調理員たちは効率よく調理を行っています。

今週のつぶやき



19日の献立には学校給食センター初の「トックスープ」が登場しました。

韓国のお餅「トッ」が入ったスープです。

棒状の「トッ」をコチュジャンなどを使って甘辛く炒めた「トッポッキ」は有名です。

オセロのコマくらいの大きさの「トッ」でしたが、モチモチとした食感でとてもおいしかったです。

バックナンバー（過去のレポート）

[令和2年6月8日から6月12日（PDF：797KB）](#)

[令和2年6月1日から6月5日（PDF：1,280KB）](#)

[令和2年5月25日から5月29日（PDF：642KB）](#)

[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