

# 学校給食センター「ウィークリーレポート」

## 7月13日から7月17日までの給食献立

7月13日（月曜日）



- ご飯
- けんちん汁
- たちうおの天ぷら
- キャベツのしらすあえ
- 牛乳

7月14日（火曜日）



- 夏のちらし寿司
- 伊予國みそ汁
- 若鶏の塩こうじ焼き
- ゆで枝豆
- 牛乳

7月15日（水曜日）



- ご飯
- 沢煮椀
- さばのみそ煮
- キャベツのレモンづけ
- 牛乳
- みかんジュース

7月16日（木曜日）



- コッペパン
- ペペロンチーノ
- 海草サラダ
- サキサキチーズ
- 牛乳

7月17日（金曜日）



- えびピラフ
- レタスとトマトのスープ
- ささみのコーンクリーム揚げ
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

7月16日の「ペペロンチーノ」です。



#### 材料（4人分）

スパゲティ・・・・・・・・・・300グラム  
おろしにんにく・・・・・・・・・・小さじ1杯  
鷹の爪・・・・・・・・・・適量  
ベーコン・・・・・・・・・・100グラム  
玉ねぎ・・・・・・・・・・2個  
にんじん・・・・・・・・・・1本

#### 作り方

1. 玉ねぎ・マッシュルームは薄切り、にんじん・ピーマンは千切り、ベーコンは1センチメートル幅に切る。
2. 熱したフライパンにオリーブ油を入れ、おろしにんにくと小口切りにして種を取った鷹の爪を入れて弱火で炒める。ベーコン・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・マッシュルームを入れて炒め、薄口しょうゆを入れる。

ピーマン・・・・・・・・・・2個  
マッシュルーム・・・・・・・・50グラム  
オリーブ油・・・・・・・・・・小さじ1杯  
塩・・・・・・・・・・小さじ2分の1杯  
こしょう・・・・・・・・・・少々  
薄口しょうゆ・・・・・・・・・・大さじ2杯

- 鍋に湯を沸かし、スパゲティをゆでてザルに取る。
- 2にスパゲティを入れて混ぜ、塩・こしょうで味を調える。

## 給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

14日の献立は「夏のちらし寿司」でした。



ちょっとぜいたくにアナゴ入りです。  
35キログラムのアナゴを18枚の鉄板に敷き詰め、スチコン（スチームコンベクションオーブン）に入れて蒸しました。  
蒸すことでアナゴのタレの匂いが調理場内に充満し、食欲をそそりました。

先に調理しておいたにんじん・ごぼうに混ぜ込みました。

アナゴを煮込んでしまうと型崩れしてしまいますので、事前にスチコンで蒸しています。

出来上がった具は40等分します。約3100食のご飯を40釜で炊飯し、合わせ酢と具を一緒に攪拌します。

合わせ酢にはしらす干しも入り、風味豊かな夏のちらし寿司が完成しました。



## 今週のつぶやき

めずらしく野菜冷蔵庫に13カゴの食材しか入っていませんでした。



これからいろいろな野菜が納品されるそうです。ここにあるカゴには「レタスとトマトのスープ」のレタスが入っています。全部で13カゴ（約70キログラム）！カゴの中にはみずみずしいレタスが山積みです。トマトとの相性も良く、おいしいスープができあがりました。

## バックナンバー（過去のレポート）

[令和2年7月6日から7月10日（PDF：567KB）](#)

[令和2年6月29日から7月3日（PDF：771KB）](#)

[令和2年6月22日から6月26日（PDF：775KB）](#)

[令和2年6月15日から6月19日（PDF：801KB）](#)

[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