

学校給食センター「ウィークリーレポート」

9月21日から9月25日までの給食献立

9月21日（月曜日）

敬老の日のため給食はお休み

9月22日（火曜日）

秋分の日のため給食はお休み

9月23日（水曜日）



- ご飯
- じゃがいもと切り干しの煮物
- 千草焼き
- キャベツのレモンづけ
- 牛乳
- みかんジュース

9月24日（木曜日）



- ほうれん草パン
- 冷やしそうめん
- 焼き魚のマリネ
- 牛乳

9月25日（金曜日）



- 里芋炊き込み飯
- けんちん汁
- さんまの塩焼き
- きゅうりのひしおあえ
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

9月24日の「焼き魚のマリネ」です。



材料（4人分）

白身魚・・・・・・・・・・1切れ
 酒・・・・・・・・・・小さじ2杯
 塩A・・・・・・・・・・少々
 こしょう・・・・・・・・・・少々

 玉ねぎ・・・・・・・・・・4分の1個
 にんじん・・・・・・・・・・5分の1本
 ピーマン・・・・・・・・・・2分の1個
 塩B・・・・・・・・・・少々
 砂糖・・・・・・・・・・大さじ1杯
 薄口しょうゆ・・・・・・・・・・小さじ2杯
 レモン果汁・・・・・・・・・・大さじ1杯
 水・・・・・・・・・・小さじ2杯

作り方

1. 白身魚に酒・塩A・こしょうの下味をつけて30分おいてからグリルで焼く。
2. 玉ねぎ・にんじん・ピーマンは薄切りスライスにして塩Bをふり、しんなりしたら水気を絞る。
3. 鍋に砂糖・薄口しょうゆ・レモン果汁・水を入れて沸かし冷めたら、2を漬け込む。
4. 魚を盛りつけ3をかけて仕上げる。

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」

令和2年度から子育て支援の観点と学校給食接種基準に沿った給食内容の実施を目的として「子育て支援学校給食費補助金」が新設され、学校給食実施基準の工



エネルギーやたんぱく質などの栄養量に見合った給食を提供しています。

小学生と中学生の大きさの違いは分かりにくかったのですが、さんまの塩焼きの違いは一目瞭然。

中学生は小学生に比べて長さが約2倍！

同時に見ることができるのは、学校給食センターだけなので、児童・生徒の皆さんは気づかなかったかもしれませんが、中学生は食べごたえがあったはず！

今週のつぶやき



麺類の日は、調理場内が戦場と化しますが、24日の冷やしそうめんは特に時間との闘いです。

回転釜にそうめんを投入後約1分で取り出します。茹で上がりが85度以上になっているか確認し、即座に流水でそうめんを水温の26度前後まで冷やします。約6キログラムのそうめんを1回でゆがきました。

この作業を12回！

当日はあいにくの曇り空。

それでも、「おいしかった」と子どもたちにも好評でした。

バックナンバー（過去のレポート）

[令和2年9月14日から9月18日（PDF：859KB）](#)

[令和2年9月7日から9月11日（PDF：798KB）](#)

[令和2年8月31日から9月4日（PDF：800KB）](#)

[令和2年8月24日から8月28日（PDF：722KB）](#)

[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