

学校給食センター「ウィークリーレポート」

10月5日から10月9日までの給食献立

10月5日（月曜日）



- ポークカレーライス
- 根菜サラダ
- いりこのいそかあえ
- 牛乳

10月6日（火曜日）



- コッペパン
- みそラーメン
- キャベツときのこの卵とじ
- はちみつ&マーガリン
- 牛乳

10月7日（水曜日）



- ご飯
- 麻婆豆腐
- バンサンスー
- れんこんチップス
- 牛乳

10月8日（木曜日）



- コッペパン
- ポトフ
- まめまめサラダ
- 青りんごゼリー
- 牛乳

10月9日（金曜日）



- 栗ちらしずし
- さわにわん
- さばの照り焼き
- 野菜と切り干しの即席づけ
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

10月6日の「キャベツときのこの卵とじ」です。



材料（4人分）

キャベツ・・・・・・・・・・4枚
しめじ・・・・・・・・・・2分の1袋
えのきだけ・・・・・・・・・・2分の1袋
にんじん・・・・・・・・・・4分の1本
ベーコン・・・・・・・・・・60グラム
たまご・・・・・・・・・・2個

作り方

1. ベーコンは1センチメートル幅に切っておく。
2. しめじとえのきは石づきを取り除き、しめじは小房にし、えのきは半分の長さに切る。
3. にんじんは千切り、キャベツは短冊に切っておく。
4. ボウルに卵を割り入れ、塩・こしょうを混ぜておく。

サラダ油・・・・・・・・・・小さじ1杯
塩・・・・・・・・・・小さじ3分の1杯
こしょう・・・・・・・・・・少々
薄口しょうゆ・・・・・・・・・・小さじ3分の1

5. フライパンを熱しサラダ油を入れにんじんがしんなりするまで炒める。2とキャベツも加えて炒めてから薄口しょうゆを加える。
6. 4の卵を加え、全体を混ぜながら好みの硬さまで加熱する。

給食調理での「あんなこと」「こんなこと」



大きくてきれいなむき栗が届きました。

9日の栗ちらし寿司用です。

約40キログラムのむき栗を4等分にカットします。



カットした栗から調理していきます。

にんじん・さやいんげん・しいたけが加わり、いろどりのよい具が炊き上がりました。



炊き上がったご飯に合わせ酢と具を投入し、攪拌します。

食欲をそそる香りがしていました。

今週のつぶやき

昨年度に引き続きサプライズ！

今年もきゅうりを納品してくれている伊予小学校区の農家さんからハート型と星型のきゅうりが合わせて10本届きました。

子どもたちには内緒でしたが、給食大好きな子どもたち！

よ〜く見ていて、しっかり見つけてくれました。



各クラスに数枚しか入っていませんでしたが、こんなサプライズが時々できると、給食がもっと楽しくなりますよね！

バックナンバー（過去のレポート）

[令和2年9月28日から10月2日（PDF：802KB）](#)

[令和2年9月21日から9月25日（PDF：618KB）](#)

[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