

# 学校給食センター「ウィークリーレポート」

## 11月16日から11月20日までの給食献立

11月16日（月曜日）



- 六穀米ご飯
- 伊予國みそ汁
- はもすり身のちぎり揚げ
- キャベツのゆかり和え
- 牛乳

11月17日（火曜日）



- 米粉パン
- はだか麦入り野菜スープ
- チキンのガーリックソテー
- かぼちゃサラダ
- 牛乳

11月18日（水曜日）



- ゆかりご飯
- すいとん
- 豚肉と大根のみそ炒め
- 牛乳

11月19日（木曜日）



- ご飯
- 切干大根のうま煮
- ささみとキャベツの卵とじ
- ゆで枝豆
- 牛乳

11月20日（金曜日）



- ご飯
- 厚揚げの中華炒め
- カクテキ
- みかん
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

11月18日の「すいとん」です。



#### 材料（4人分）

小麦粉・・・・・・・・・・2分の1カップ  
塩・・・・・・・・・・ひとつまみ  
牛乳・・・・・・・・・・大さじ1と2分の1杯  
豆乳・・・・・・・・・・小さじ2杯  
水・・・・・・・・・・適量

#### 作り方

1. 鶏モモ肉はこま切り、油揚げは短冊切り、里芋とにんじんはいちょう切り、葉ねぎは小口切りにしておく。
2. 小麦粉と塩をボウルにふるい、牛乳・豆乳を入れて混ぜる。水を少しずつ加えながら耳たぶくらいの硬さにする。

鶏モモ肉・・・・・・・・・・60グラム  
 油揚げ・・・・・・・・・・2分の1枚  
 里芋・・・・・・・・・・小6個  
 にんじん・・・・・・・・・・3分の1本  
 葉ねぎ・・・・・・・・・・適量

だし汁・・・・・・・・・・800ミリリットル  
 濃口しょうゆ・・・・・・・・大さじ1と2分の1杯  
 酒・・・・・・・・・・小さじ1杯

- 鍋にだし汁・鶏モモ肉を入れて火が通ったら、里芋・にんじん・油揚げを加える。
- 野菜が柔らかくなったら、2を一口大に丸めて3に入れる。
- だんごが浮いてきたら、濃口しょうゆ・酒を加え、仕上げに葉ねぎを入れる。

## 給食調理での「あんなこと」「こんなこと」



おすすめメニューでも紹介した「すいとん」。

給食では、小麦粉・米粉・はだか麦粉・おからパウダー・塩・牛乳・豆乳・水を混ぜ合わせて生地を作りました。

生地のおいしさは調理員の練り具合で決まります。「耳たぶの触感」を目標に、微妙な水加減で練り具合を調整していました。

かなりの重労働でしたが、程よいさじ加減の生地ができあがりました。



いつもは2人で調理する回転釜の周りいっぱい調理員が陣取り、大きな塊を一口大にちぎっては入れちぎっては入れ・・・・・・・・

1釜（約1000食分）のすいとんをちぎるのに15分、3釜のすいとんを約40分かけて作りました。

つるんとしたもっちりもちの手作りすいとんは1つとして同じ形はなく、とてもおいしかったです。

## 今週のつぶやき

今年は新型コロナウイルス感染防止対策を万全にしたうえで、学校給食センターへかわいい園児さんが訪問してくれました。

これは年長児を対象に、学校給食センターの施設見学と合わせて、給食の試食を体験してもらうためです。小学校にあがるための練習なので小学校低学年の量を盛り付けています。

あっという間に完食する子もいれば、時間いっぱいかかって食べる子もいます。



かわいい笑顔で「おいしかったよ！」と報告してくれるので、私たちも励みになります。

## バックナンバー（過去のレポート）

[令和2年11月16日から11月20日（PDF：785KB）](#)

[令和2年11月2日から11月6日（PDF：738KB）](#)

[令和2年10月26日から10月30日（PDF：801KB）](#)

[令和2年10月19日から10月23日（PDF：824KB）](#)

[令和2年10月12日から10月16日（PDF：771KB）](#)

[令和2年10月5日から10月9日（PDF：802KB）](#)

[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