

# 学校給食センター「ウィークリーレポート」

## 2月15日から2月19日までの給食献立

2月15日（月曜日）



- 鶏ごぼう丼
- 伊予國みそ汁
- キャベツのアーモンドあえ
- 牛乳

2月16日（火曜日）



- コッペパン
- ミネストローネ
- じゃこカツ
- ほうれん草サラダ
- 牛乳

2月17日（水曜日）



- ご飯
- マーボー豆腐
- バンサンスー
- いらこの甘辛煮
- 牛乳

2月18日（木曜日）



- カリカリ梅ご飯
- ニラ玉スープ
- 豚肉のしょうが焼き
- きゅうりのピリ辛づけ
- 牛乳

2月19日（金曜日）



- 六穀米ご飯
- 肉うどん
- 茎わかめのきんぴら
- 黒糖ビーンズ
- 牛乳

今回のおすすめメニューは

2月19日の「茎わかめのきんぴら」です。



#### 材料（4人分）

生茎わかめ・・・・・・・・・・50グラム  
れんこん・・・・・・・・・・1節  
豚もも肉（薄切り）・・・・100グラム  
にんじん・・・・・・・・・・3分の1本

#### 作り方

1. れんこんはいちょう切り、にんじんとピーマンは千切りにする。こんにゃくは短冊に切り、ゆでてあく抜きをしておく。豚もも肉は一口大に切る。
2. 茎わかめは、鍋に湯を沸かし火を止めてから入れる。5秒くらいで鮮やかな緑に変わるので、すぐざるに上げ水洗いする。

- ピーマン・・・・・・・・・・1個
- 板こんにゃく・・・・・・・・4分の1枚
- サラダ油・・・・・・・・・・小さじ1杯
- 砂糖・・・・・・・・・・小さじ2杯
- 濃口しょうゆ・・・・・・・・大さじ1杯
- 豆板醤・・・・・・・・・・小さじ4分の1杯
- 白ごま・・・・・・・・・・小さじ1杯
- ごま油・・・・・・・・・・小さじ1杯

3. フライパンにサラダ油と豆板醤を入れて熱し、豚もも肉と茎わかめ・にんじん・れんこんを入れてしんなりするまで炒める。こんにゃくとピーマンを加え、砂糖・濃口しょうゆを加えてさらに炒める。
4. 時々箸で動かしながら、煮汁がなくなる一歩手前で白ごまとごま油を加えて仕上げる。

塩蔵の茎わかめを使う場合は、しっかり塩抜きして使ってください！

### 給食調理での「あんなこと」「こんなこと」



17日の麻婆豆腐の調味料です。

初めて使用する粉末がありました。

何だと思いませんか？

答えは

「粉末の干ししいたけ」です



いつも給食の麻婆豆腐には、もどした干ししいたけをみじん切りにして入れていますが、今回初めて粉末の干ししいたけも入れました。

この粉末の干ししいたけは、愛媛県の干ししいたけ消費量が少ないことを知った愛媛県立伊予農業高等学校生活科学科食物班の生徒さんたちがレシピを考え、愛媛県森林組合連合会から無償で提供されたものです。

粉末の干ししいたけをいれたことによりさらにうまみを感じることができました。

### 今週のつぶやき

17日から18日にかけて、猛烈な寒波が伊予市にもやってきました。

17日の7時までは青空も見えていましたが、8時前には朝だというのに薄暗くなり、雪が舞い始め、あっという間にあたりは一面、銀世界に！

隣の南山崎小学校の運動場も雪化粧です。



子どもたちの歓声が聞こえてきて、私もワクワク！  
一緒に雪遊びしたかったな！

## バックナンバー（過去のレポート）

[令和3年2月8日から2月12日（PDF：765KB）](#)

[令和3年2月1日から2月5日（PDF：795KB）](#)

[令和3年1月25日から1月29日（PDF：810KB）](#)

[令和3年1月18日から1月22日（PDF：782KB）](#)

[令和3年1月8日から1月15日（PDF：803KB）](#)

[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  
イメージソング



給食についての  
アンケート結果