

# 学校給食センター「ウィークリーレポート」

## 5月10日から5月14日までの給食献立

5月10日（月曜日）



- ご飯
- 豚肉となすのみそ炒め
- カクテキ
- アーモンドいりこ
- 牛乳

5月11日（火曜日）



- コッペパン
- ポークビーンズ
- アスパラガスのサラダ
- いちごジャム
- 牛乳

5月12日（水曜日）



- 鶏炊き込みご飯
- すまし汁
- ホキの天ぷら
- キャベツのごま和え
- みかんジュース
- 牛乳

5月13日（木曜日）



- ほうれん草パン
- ポトフ
- マカロニサラダ
- 牛乳

5月14日（金曜日）



- ご飯
- 伊予國みそ汁
- ポークピカタ
- かぼちゃサラダ
- 牛乳

## 給食調理での「あんなこと」「こんなこと」



豚肉となすのみそ炒めのなすは、先になすだけを炒めます。

なすは水分が多いので炒めているとどんどん水が出てきてしまい、炒めものが水っぽく、味が薄くなってしまうからです。

また、他の野菜と一緒に炒めると、炒める時間が長くなりすぎて形がくずれてしまいます。

このひと手間を加えることでおいしく、見た目もよく仕上げる事ができるのです。

おや？いつもよりなすの存在感が・・・



炒める前のなすです！

いつもの倍くらいの大きさがあります。

一番大きそうななすを選んではいますが、手のひらいっぱい大きさがありました。

伊予市産の立派ななすです。

とてもみずみずしく、おいしいみそ炒めになりました。

## 今週のつぶやき

愛媛といえばみかん！



愛媛県は、日本でも有名なみかんの産地です。県外の人には、水道の蛇口からみかんジュースが出てくると思っている人もいるそうです。最近は本当に有料で蛇口からみかんジュースが出てくる観光施設もありますが・・・

伊予市では、蛇口からみかんジュースは出ませんが、9月までの間、週に1回、給食献立にみかんジュースが加わります。

1本125ミリリットルと小さいですが、これから夏にむけて暑くなりますので、冷たいみかんジュースを子どもたちは楽しみにしてくれています。

## バックナンバー（過去のレポート）

[令和3年5月3日から5月7日（PDF：438KB）](#)

[令和3年4月26日から4月30日（PDF：748KB）](#)

[令和3年4月19日から4月23日（PDF：642KB）](#)

[令和3年4月9日から4月16日（PDF：620KB）](#)

[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