

10月1日～8日までの給食を紹介します！

令和3年10月14日

秋の味覚！本庄小学校のぎんなんを味わいました！



10月1日(金)

- ・ごはん
- ・じゃがいもとちくわのうまに
- ・ぎんなんのすあげ
- ・牛乳
- ・大豆とじゃこのかきあげ
- ・切り干し大根のあまず和え



今日は、グラウンドにあるイチョウの木からとれたぎんなんが給食に登場しました。調理員さんが種を取り出して乾燥させる等の作業をしてくださり、油で揚げて食べました。一人一粒と少量でしたが、みんなで秋の味覚を楽しめたことに感謝したいです。

じゃがいもとちくわのうまには、宮津産のちくわを使いました。ちくわから出汁が出ていて、優しい味のおいしい煮物が出来ました。「今日おいしかったのは、じゃがいもとちくわのうまにです。じゃがいもはすごくやわらかかったし、味がしみこんでいておいしかったです。」という感想もあり、うまにのじゃがいもがとても好評でした。

中華風メニューを食べました！



10月4日(月)

- ・麦ごはん
- ・スープ
- ・すぶた
- ・牛乳
- ・春雨のちゅうかサラダ
- ・じゃこのスナック



今日は、中華風メニューでした。酢豚は、豚肉を油で揚げた後から野菜のあんを絡める大変なメニューですが、肉と野菜のうま味がたっぷりです。子ども達にも人気のメニューです。大きめに切った野菜も甘酸っぱいあんを絡めておいしく食べられます。つるつるした食感が特徴の春雨も子ども達に人気です。今日は暑い日だったので、こってり食べ応えのある中華風メニューが食べやすかったかもしれません。



栄養たっぷり！あじのかば焼き風どんぶりを味わいました！



10月5日(火)

- ・あじのかば焼き風どんぶり
- ・キャベツとひじきのサラダ
- ・焼きなす
- ・みそしる ・牛乳



今日は、蒲入で水揚げされたあじを使ってかば焼き風どんぶりを作りました。あじは、給食で食べやすいように、業者さんが開きにしてくださいました。あじは、かたくり粉をまぶして油で揚げ、特製甘辛だれをかけておきます。配膳時に魚をごはんの上にのせ、最後にねぎを入れたたれをもう一度かけて完成です。「今日は、あじのかばやきふうどんぶりのたれがかかったあじとごはんがマッチしていてすごくおいしかったです。」「たれのレシピが知りたいです。」等の感想がありました。これからいろいろな料理で魚をおいしく食べて欲しいと思います。

保存食の高野豆腐を卵とじでいただきました！



10月6日(水)

- ・ごはん
- ・高野豆腐の卵とじ
- ・キャベツのごま和え
- ・じゃがいものみそしる
- ・なし
- ・牛乳



今日は、保存食の高野豆腐を地元の養鶏場さんのおいしい卵を使って卵とじにしました。出汁の味がよくしみた高野豆腐は、ほっとする味でとてもおいしいです。昔の人の知恵によって作られた保存食は、栄養があるだけでなく、おいしくて、災害時にも役立ちます。給食ではこういった食品をこれからも大切にしていきたいです。また、卵とじに入っているねぎは、調理員さんがななめの細切りにして下さり、いつもと違う切り方をしてくださいました。毎日の様に使っているねぎでも、少しの工夫で見た目も味わい方も変わります。子ども達には、こういった細かい変化も楽しんで欲しいと思います。

今年も寺領金時をおいしくいただきます！



10月7日(木)

- ・ごはん
- ・ぶた肉とごぼうのいために
- ・あまづけ
- ・さつまいもサラダ
- ・すましじる
- ・牛乳



今年も本庄の特産品である寺領金時を給食で使わせていただきます。3年生が寺領金時について学び、9月27日に芋掘りの手伝いにも行かせてもらいました。地域の方が大切に育てておられるさつまいもを、たくさんの人に知ってもらいたいという想いで、子ども達もPRに協力させてもらっています。給食でも、これから冬にかけていろいろなメニューでいただきたいと思います。寺領金時はとっても甘いのが魅力です。今日は、さつまいもを蒸して、マヨネーズと塩で調味し、サラダにさせていただきました。「甘くておいしい!」ととっても好評でした。

旬の沖ぎすをフリッターにして味わいました！



10月8日(金)

- ・ごはん
- ・さつまいもとりんごのようかん
- ・沖ぎすのフリッター
- ・そくせきづけ
- ・みそしる
- ・牛乳



今日は、蒲入水産さんから届けてもらった沖ぎすをフリッターにして食べました。天ぷらでもおいしいですが、今日は洋風にしていつもと違う味を楽しみました。「おきぎすのフリッターはとてもやわらかくてプリプリでした。」「フリッターはサクサクして衣も良かったです。」「身がプリプリで食べ応えがあり、とてもおいしかったです。」という嬉しい感想がたくさんありました。また、さつまいもとりんごのようかんは新メニューです。昨日に続き、寺領金時をたっぷり使いました。ようかんは、しっとりなめらかでりんごの香りもしっかり楽しめました。「さつまいもとりんごのようかんがおいしかったです。」「さつまいもとりんごのようかんは、やわらかくてあまくておいしかったです。」という感想がありました。