

11月22日～30日までの給食を紹介します！

令和3年12月9日

冬野菜がたくさん出てきています！



11月22日(月)

- ・ごはん
- ・すき焼き風煮
- ・大根のすのもの
- ・みそしる
- ・大学いも
- ・牛乳



今日のすき焼き風煮には、地元の九条ねぎや白菜、京丹後市で作られた堀川ごぼうが入っていました。宮津産の干しいたけも入り、食材のうま味がぎゅっとつまった優しい味の煮物になりました。また、地元産の大根は酢の物やみそ汁に入れて味わいました。甘い寺領金時を使った大学いももとてもおいしく、口にいったあととても幸せそうな顔をしている児童がいました。また「大学いもがあまくておいしかったです。」「大学いもは外はカリカリで中はふわふわのものがあっておいしかったです。」等の感想がありました。

だしを味わう和食の日！セレクト給食！



11月24日(水)

- ・ごはん
- ・すましじる
- ・焼き芋
- ・牛乳

セレクト

- ・魚のから揚げ野菜あんかけ・厚揚げのねぎみそ田楽
- ・ほうれん草のごま和え・水菜キャベツの塩昆布和え

今日は和食の日であり、セレクト給食の日でもありました。11月24日は「いい日本食」という語呂合わせから「和食の日」とされています。豊かな自然に恵まれていて、新鮮な旬の食材や発酵食品があり、白ごはんを中心とした栄養バランスの良い食事やだしを生かした食事は世界でも注目されています。今日は和食の素晴らしさについて

て改めて考える日として、地元産の食材をたくさん使っただしを味わえる和食給食を食べました。主菜と副菜を選ぶセレクトでしたが、どちらもおいしく食べてくれました。他の国の料理を食べる機会も増えましたが、日本の食事の良さを改めて感じる事ができたのではないかなと思います。

たまねぎたっぷりハヤシライスを食べました！



11月25日(木)

- ・ハヤシライス(麦ごはん)
- ・水菜とごぼうのサラダ
- ・付け合わせ
- ・かきとみかん
- ・牛乳



今日はたまねぎがたっぷり入ったまろやかでおいしいハヤシライスを食べました。材料をじっくり炒めてくださったハヤシライスは、食材のうま味がたっぷりつまっていました。水菜とごぼうのサラダは旬の堀川ごぼうを使用しました。ごぼうは素揚げをしてくださったので少し酸味のあるドレッシングともよく合いました。

また、果物は地元産のかきとみかんでした。みかんはスイートスプリングという品種で、子ども達もどんなみかんなのか気になっているようでした。皮は緑色ですが、果肉はオレンジ色でとてもおいしいみかんでした。見た目や味も楽しみながらビタミンCたっぷりの果物を味わいました。

滋賀県産のにじますを包み焼きでいただきました！



11月26日(金)

- ・ごはん
- ・さつまいもの茶きん
- ・にじますの包み焼き
- ・牛乳
- ・白菜のごま和え
- ・みそしる



今日は、関西広域連合の特産農林水産物の学校給食への利用拡大を目的とした事業に参加させていただき、滋賀県の名産品「にじます」を給食で食べさせていただきました。地産地消を大切にしている本庄小学校ですが、他の地域の名産品をいただくというのは新鮮な取組で、とてもよい経験となりました。



にじますは、みんながおいしく食べられるように、と調理員さんが包み焼きにしてくださいました。色鮮やかできれいなにじますは、野菜やきのこ、レモンと一緒にオーブンで焼くことで香りもよく身もしっとりしていました。初めて食べる子どもたちにも好評でした。



この日は、給食を食べた後に、滋賀県の方から直接「びわ湖とそこに住む魚」について話をさせていただきました。海とはまた違う湖の魚について楽しく話をさせていただき、子ども達も興味を持って聞いていました。また、びわ湖では魚や漁師さんが減ってきていること、外来種の魚の問題、その改善に向けた取組の話等もさせていただき、自分達の近くの海のこととも重ねながら聞いている様子がみられました。

他の地域の特産品について知ることは、自分達の周りにある食べ物や自然の良さに改めて気付くことにもつながるため、とても良い機会になりました。

根菜をそぼろと一緒においしくいただきました！



11月29日(月)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・なます
- ・じゃがいもと大根のそぼろ煮
- ・フルーツ和え

今日は、地元産のじゃがいもとひき肉をたっぷり使って煮物を作りました。じゃがいもや大根は大きめに切ってください、食材そのものの味を楽しむことができました。また、鶏ひき肉が入ることで煮物全体にうま味が広がり、根菜をよりおいしく食べることができました。さらに、かたくり粉でとろみをつけることで冷めにくく、寒い時期にぴったりの体が温まる一品になりました。

フルーツ和えには地元の方が届けてくださった柿とりんごをヨーグルトで和えました。今年は本当にたくさんの柿を給食でいただいています。自然の恵みに感謝です。

旬の味覚を楽しむ和食をおいしくいただきました！



11月30日(火)

- ・ごはん
- ・かきたまじる
- ・さごしのみそ煮
- ・牛乳
- ・和え物
- ・大豆のあま煮



今日は伊根町でとれたさごしをみそ煮にしました。みそ煮はさばで作ることが多いですが、さごしもとてもおいしく食べることができました。給食ではその時期に伊根町でとれる魚をいろいろな料理でおいしく食べられるようにしています。また、和え物は地元産の春菊と白菜を使いました。白菜のシャキシャキの食感や春菊の香りを楽しみながら食べることができました。久しぶりに登場したかきたま汁は、ほっと安心できる味で、地元の水菜と九条ねぎと一緒にふんわり卵をおいしくいただきました。