

12月1日～10日までの給食を紹介します！

令和3年12月16日

新メニュー！とり肉のレモンソース和えを食べました！



12月1日(水)

- ・ごはん
- ・いもけんぴ
- ・とり肉のレモンソース和え
- ・白菜のにびたし
- ・牛乳
- ・みそしる



今日は、新メニューのとり肉のレモンソース和えがありました。とりむね肉にかたくり粉をまぶしてから油で揚げ、レモンソースを絡めます。ふわっと香るレモンと甘辛いソースがとり肉とよく合っていました。また、寺領金時を使ったいもけんぴは子ども達に大好評でした。本庄のいもけんぴは細切りで、とても食べやすいです。寺領金時の本来の甘さを大切にしながら砂糖の量も考えて作ってくださっています。「いもけんぴがおいしかったです。あまかったです。」「いもけんぴがおいしかったです。あまかったです。ずっと食べたいです。また作ってください。」「めちゃくちゃおいしかったです。」などの感想がありました。年に一回ですが、毎年楽しみにしてくれているのが嬉しいです。

新メニュー！シャキシャキそぼろ丼を食べました！



12月2日(木)

- ・シャキシャキそぼろ丼
- ・ひじきの和え物
- ・大豆のバターじょう油いため
- ・みそしる
- ・牛乳



昨日に引き続き、新メニューです。今日は、切り干し大根やもやし、玉ねぎを入れた丼でした。切り干し大根をおいしく食べられるように考えたメニューです。切り干し大根はもちろん、もやしや玉ねぎのシャキシャキ感もあり、よくかんで味わって食

べることができました。また、大豆のバターじょう油いためは、ゆでた大豆と油で揚げたじゃがいもをバターとしょうゆで炒めた料理です。簡単においしく豆やいもをとることができるのでおすすめです。じゃがいもは焼いてもおいしく食べられます。

今日の感想には「シャキシャキそぼろ丼がシャキシャキしていておいしかったです。」
「今日おいしかったのは、大豆のバターじょうゆいためです。バターじょうゆの味がきいていてとてもおいしかったです。またじゃがいももおいしかったです。またつくってください。」という感想がありました。また給食で出したいと思います。

伊根町でとれた小魚をカレー風味のからあげにしました！



12月3日(金)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・小魚のからあげ カレー風味
- ・みそしる
- ・大根のべっこう煮
- ・りんご

今日は、伊根でとれた「えのは」でからあげを作りました。「えのは」は「ひいらぎ」のことですが、各地域によって呼び名が違います。市場で見られることはほとんどない魚のようですが、海がある伊根町だからこそ、こうして給食でも食べることができています。ランチルームに入ると「ひいらぎだ」「小魚のから揚げ大好き!」と喜んでいる児童や「今日の小魚何かな」と興味を持ってくれる児童がいました。また、小魚のから揚げを見ると不安そうにしている児童もいましたが、「今日はカレー味にしてあるよ。」と伝えると「それならたくさん食べられる!」と嬉しそうに話してくれる児童もいました。苦手な物も好きなものが少し入ることで前向きに食べようと思ってくれます。

調理員さんも揚げ時間や色などを気にして下さり、みんながおいしく食べられるように工夫をしてくださいました。今日も伊根ならではの給食を味わって食べることができました。



新メニューのえのきバーグの照り焼きソースがけに本庄小学校のにんじんを添えていただきました！



12月6日(月)

- ・ごはん ジョア (ストロベリー味)
- ・えのきバーグの照り焼きソースがけ
- ・そえ野菜
- ・かぶのスープ



今日も新メニューです。12月は新メニューがたくさんあるので子ども達も楽しみにしてくれていると思います。えのきバーグは、その名のとおり、みじん切りにしたえのきが入っています。ハンバーグには甘めの照り焼きソースがかかっており、きのこが苦手な児童でもおいしく食べられます。給食の放送でえのきのパワーについても知りました。また、6年生が育てているにんじんを間引いた分が収穫できたので、ハンバーグに添えていただきました。調理員さんは、いつも食材をおいしそうに、そして素敵に見せてくれます。感謝の気持ちでいただきました。

ぬのびきランチ！ 薦池大納言のぜんざいを食べました！



12月7日(火)

- ・ごはん
- ・おだまき蒸し
- ・炊き合わせ
- ・大根のあっさり和え
- ・ぜんざい
- ・牛乳



今日は、地元の食材をたくさん使ったぬのびきランチでした。おだまき蒸しには、地元の卵とほうれん草を使用しました。にんじんはうさぎの形にしてくださり、見た目も楽しめるようにしてくださっています。また、炊き合わせには京丹後市産のえびいもを使用しました。京都のブランド野菜として認定されているえびいもは、粘り気があり、独特のおいしさが味わえます。あっさり和えは地元の大根と大根葉を塩と酢で和えたメニューです。そして、ぜんざいには、5・6年生が種まきをさせてもらった薦池大納言を使い

ました。種まきをした後は、地元の皆さんが畑の世話をしてくださり、収穫をしてくださいました。その後学校で乾燥をさせて、さやから小豆を取り出し、きれいな小豆を選ぶという作業を行いました。たくさんの人に協力していただき、今日、おいしいぜんざいをいただくことができました。子ども達は甘くておいしい手作りぜんざいを食べてほっとすることができたと思います。今年も残りわずかですが、食べ物からたくさんのパワーをもらって毎日元気に過ごして欲しいです。



京丹後市産堀川ごぼうのきんぴらをいただきました！



12月8日(水)

- ・ごはん
- ・さつまいものみそ汁
- ・さわらのパン粉焼き
- ・牛乳
- ・きんぴらごぼう
- ・酢の物



今日は、京丹後市産の堀川ごぼうできんぴらを作りました。大きくて立派な堀川ごぼうは、食物繊維がたっぷり、軟らかく、よい香りがします。なかなか食べられないごぼうをたっぷり味わいました。きんぴらごぼうには地元の水菜も入れたので、彩りも良く仕上がりました。また、さつまいものみそ汁にはたんぽぽ学級で育てた大根を入れました。今日の朝とってくれたばかりの新鮮なだいこんです。力いっぱい大きな大根を抜いてくれました。立派な大根がたくさんできているのでいろいろな料理にしてみんなに味わってもらいたいと思います。

地元の白菜と手作り肉団子と一緒に味わいました！



12月9日(木)

- ・黒米ごはん
- ・牛乳
- ・白菜と肉団子のスープ煮
- ・春雨サラダ
- ・大豆スナック



今日の肉団子は手作りで、豆腐、豚ひき肉、玉ねぎが入っています。ごろごろ入った肉団子を見て、喜んでいる児童がいました。白菜がたっぷり入ったスープ煮には肉団子と白菜のうま味が溶け出していました。優しい味ではありますが、しっかりこくのあるスープで子ども達もおいしそうに食べてくれていました。大豆スナックは水戻しをした大豆にかたくり粉をまぶして油で揚げ、甘辛いたれを絡めた人気メニューです。よくかむことで豆の甘さを感じることができます。

さわらとかぶでかぶら蒸し！調理員さん特製手作りスイートポテトも食べました！



12月10日(金)

- ・ごはん
- ・かぶら蒸し
- ・青菜のごま和え
- ・みそ汁
- ・スイートポテト
- ・牛乳



今日は、伊根でとれたさわらと地元のかぶを使ってかぶら蒸しを作りました。すりおろしたかぶに卵白を混ぜ合わせてさわらにのせて蒸します。蒸し終わったら、かつおだしで作ったあんをたっぷりかけ、水菜とにんじんを添えました。なかなか食べられない手間のかかった料理で、子ども達も味わいながら食べているようでした。

また、スイートポテトは寺領金時をたっぷり使いました。さつまいもの皮も大切に使うので、さつまいもを蒸してバターや砂糖を混ぜあわせてもう一度皮にのせてオーブンで焼きました。卵黄の部分はさつまいもの表面に塗り、かぶら蒸しとスイートポテトで卵をいただきました。これも食材を無駄なくおいしく使えるように調理員さんが考えてくださったアイデアです。スイートポテトはやはり大人気でした。

