

12月13日～24日までの給食を紹介します！

令和4年1月7日

たんぽぽ学級のだいこんをおいしくいただきました！



12月13日(月)

- ・大根葉ごはん
- ・魚のマヨネーズ焼き
- ・ごま和え
- ・すいとん汁
- ・牛乳



今日も12月に入ってからたくさん使わせてもらっているたんぽぽ学級の大根を使ったメニューでした。ごはんには大根葉を使い、しゃきしゃきの食感を楽しみました。また、すいとん汁にもだいこんをたっぷり入れて、だいこんをまるごとおいしくいただきました。魚のマヨネーズ焼きには蒲入でとれた鯖を使用しました。マヨネーズだけでなく、鯖と相性がよいみそを少し加えることで、風味が増しました。ごはんがもりもり食べられるメニューでした。

心も体も癒やされる！おいしいおでんを食べました！



12月14日(火)

- ・ごはん
- ・大根葉のふりかけ
- ・おでん
- ・そくせきづけ
- ・豆のあまに
- ・ヨーグルト
- ・お茶



今日は、年に一回のお楽しみ、手作りおでんの日でした。だしがよく染みたおでんは、うま味たっぷりで、心も体も癒やされました。大きく切ってもらった食材を一つずつ食べられるのも伊根町の給食の良さの一つです。

また、今日も大根葉を使ったメニューの登場です。本庄小の手作りふりかけは子ども達に大人気です。感想には「今日はだいこんばのふりかけごはんがおいしかったで

す。理由は、ふりかけとごはんがよく合ってたたくさん食べたくなるからです。」「今日おいしかったのはだいこんばのふりかけです。もともとふりかけが大すきなので全ておいしいけど、いままで食べたふりかけより、今日のふりかけの方がおいしかったです。」などの嬉しい感想がありました。好評だったふりかけは、大根葉、かぶの葉、かつお節、ごま、こいくちしょうゆ、砂糖、みりん、塩で作りました。家でも簡単にできるので、ぜひご家庭でも作ってみて欲しいです。

旬の大根を中華風メニューでいただきました！



12月15日(水)

- ・ごはん
- ・じゃこスナック
- ・マーボー風だいこん
- ・牛乳
- ・ナムル
- ・ちゅうかスープ

今日は、大根をマーボー風にしていただきました。和の料理として使われることが多い大根ですが、マーボー風もとてもおいしいと人気でした。今回は豆板醤などの本格的な調味料は使っていませんでしたが、地元の養鶏場さんの鶏ひき肉と、しょうがやにんにくなどの香味野菜、みそ等がとてもよい味を出してくれました。また、マーボーの様な柔らかくて食べやすいメニューの時にはかみ応えのある料理を組み合わせます。今日もかみ応え抜群のじゃこスナックであごをしっかり動かして味わって食べました。

サクサク大根フライ！とかりかりんとうを食べました！



12月16日(木)

- ・ごはん
- ・おからかりんとう
- ・大根のフライ
- ・大根の漬け物
- ・マカロニサラダ
- ・牛乳
- ・みそしる

大根フライは、だし、砂糖、うすくちしょうゆ、みりん等で調味して炊き、パン粉をまぶして油で揚げてあります。中はふんわり柔らかく、外はサクサクでした。甘いごまみそだれをかけて味わっていただきました。さらに今日は、地元の生産者さんから大根の漬け物を届けてもらいました。ほんのり辛さがある漬け物は子ども達でもおいしく食べられる絶品漬け物でした。かりんとうはおからが入っているのであっさりとしており、優しい味です。生地を作って伸ばし、棒状に切ってから油で揚げ、きなこ砂糖をまぶします。



感想には「おからかりんとうは、カリっとしておいしかったです。またかみごたえがありました。たくあんは、あまからくてごはんといしょうばつぐんでした。だいこんのフライは、みそがあまくて大根にあいました。

おいしかったです」「大根のフライはさくさくじゅわっとしてとてもおいしかったです。おからかりんとうも身体に良い食材でカロリーもカットしているのにおいしいなんて夢のようですね!ごちそう様でした。」等がありました。

2 学期のテーブルマナー給食を実施しました!



12月20日(月)

- ・手作りパン
- ・赤大根の付け合わせ
- ・ゆずジャム
- ・ジュリエンヌスープ
- ・とり肉の香草焼き
- ・ぶどうゼリー
- ・ Grill野菜
- ・牛乳

今日は、今年度2回目のテーブルマナー給食でした。地元産の旬の食材がたっぷり使われた色鮮やかなメニューでした。ジャムは本庄地区でとれたゆずを使っています。子ども達も大好きな調理員さん特製もちりふわふわパンと一緒に味わいました。



とり肉の香草焼きには三種のハーブを用いて一緒に焼くことで、香り、食感もよくなり、肉のおいしさがアップしました。マスタードが少し

入った甘酸っぱいソースもかかっており、むね肉をおいしく食べることができました。ハーブは調理員さんが持って来てくださったもので、ローズマリー、タイム、ディールがありました。初めて食べる児童も多かったと思いますが、肉と一緒にきれいに食べていました。



低学年は少し切りにくそうにしている様子も見られましたが、ゆっくり丁寧にナイフとフォークを使っていました。高学年は何年もやっているだけのことはあり、上手にナイフとフォークを使って食事をしていました。

年に2回の取組ですが、続けていくことの大切さを感じます。マナーを大切にしながらおいしく食事ができる人になって欲しいと思います。

ランチルーム前には調理員さんがローズマリーを飾ってくださいました。素敵な飾りもたくさん作ってくださり、気分はクリスマスです。季節を感じながら楽しく食事ができるようにいつも心がけてくださっています。そんな想いを子ども達も感じとってくれていると嬉しいです。



ルーも手作り！大根たっぷりシチューを食べました！



12月21日(火)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・とり肉のからあげ
- ・そえ野菜
- ・大根のシチュー
- ・みかん(スイートスプリング)



今日は、大根たっぷりの手作りシチューでした。本庄小学校のシチューはルーも手作りです。小麦粉、バター、牛乳を使ってルーを作り、たっぷりの野菜と一緒に煮込みます。とてもクリーミーでおいしいシチューが出来上がりました。また、今日のからあげには肉を柔らかくするためにたまねぎのすりおろしを入れました。これも調理員さんのちょっとした工夫です。ふんわり柔らかくおいしいからあげになりました。デザートには地域の生産者さんからスイートスプリングというみかんを届けていただき、おいしくいただきました。

「ん」がいっぱい！ 幸運を願った冬至こんだて！



12月22日(水)

- ・ごはん ・牛乳
- ・かぼちゃのそぼろ煮
- ・ゆず大根
- ・にんじんの天ぷら ・みそしる



今日は冬至でした。冬至にちなんで「ん」のつく食材を使ったメニューにしました。かぼちゃ(なんきん)はそぼろ煮にし、だいこんはそぼろ煮とみそしるに入れました。にんじんは天ぷらにして味わい、みそしるにも入れました。また、昔から冬至には厄除けのためにゆず湯に浸かる風習があります。そのことにちなんで、地元の方に届けてもらったゆずでゆず大根を作りました。ゆずの香りがとてもよく、しゃきしゃきとした食感も楽しむことができました。地元産のにんじんはとても香りがよく、甘さがあるので天ぷらにするととてもおいしく食べることができました。子ども達も「ん」のつく食べ物をよく味わって食べていました。

地元の生産者さんの手作りこんにゃくをいただきました！



12月23日(木)

- ・ごはん ・牛乳
- ・さわらのフライ ・すましじる
- ・白和え
- ・こんにゃくのいり煮



今日は、地元の生産者さんから届けてもらった手作りのこんにやくを給食でいただきました。こんにやくいもは、十分に成熟させるまでに3年から5年かかると言われています。こんにやく作りをされる人が減ってきている中、こうして貴重な手作りこんにやくをいただけることに感謝したいです。給食の放送ではこんにやくの材料になるこんにやくいもについて話をしました。給食では手作りのおいしいこんにやくをしっかりと味わってもらえるようにいり煮を作りました。おいしく食べられるように下処理もしっかり行います。こんにやくはうま味があり、弾力はあるながらも柔らかい食感で、手作りのこんにやくのおいしさがよくわかりました。児童も「こんにやくがおいしい!」と言って食べていました。これからも子ども達にはできるだけ手作りの味を届けていきたいと思います。



メリークリスマス！2学期最後の給食は、カレーライスでした！



12月24日(金)

- ・カレー
- ・ターメリックライス
- ・大根のサラダ
- ・手作りクリスマスクッキー

今日は2学期最後の給食でした。最後のメニューは子ども達も大好きなカレーライスです。また、大根サラダはクリスマスイメージしてリースのスペシャルサラダを作ってくださいました。サラダには、雪の結晶やトナカイの形の大根、星のにんじんやブロッコリーを飾ってくださいました。大根は素敵な薄紫色になり、幻想的な雰囲気が出ていました。デザートにはサンタさんから届いたクリスマスクッキーがあり、子ども達もとても嬉しそうでした。今日も愛情たっぷりの給食をみんなで楽しく食べることができ、とても良い2学期の締めくくりになったと思います。

2学期は黙食というスタイルでの食事でした。子ども達もいろいろな思いがあったかもしれませんが、食べることにしっかり向き合い、一つ一つ味わって食べることであったのではないかと思います。また、会話をして楽しく食べることの良さを改めて感じることであったのではないかと思います。2学期もたくさんのおいしい食材を届けてくださった生産者のみなさんに感謝をし、また3学期も地産地消を大切にしたいおいしい給食作りに励みたいと思います。

