

突撃！わらびの学校給食

『調理員さんのアイデア献立』 令和2年12月

調理員さんが「みんなと食べたい給食」をテーマに献立を考えてくれました。全部で5回予定しています。1月・2月にも登場するので、お楽しみに♪

◎第1弾

冬の寒い時期に心も身体も温まる料理をそろえました。旬の「ほうれんそう」を使った『ほうれんそうのサラダ』、きのこがたっぷりと含まれている『きのこチャウダー』、子供たちに大人気の『チキンステーキマスタードソース』を考えてくれました。小学校は7日、中学校は1日に登場しました。



中学校

12月1日の献立

- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・チキンステーキマスタードソース
- ・ほうれんそうのサラダ
- ・きのこチャウダー

◎第2弾

北海道にゆかりのある調理員さんが「寒い時期だからこそ、北海道のグルメで温まりたい!」と考えてくれました。

『エスカロップ』は豚カツにデミグラスソースをかけた料理、『三平汁みそ仕立て』は北海道の郷土料理である「三平汁」をみそ味にアレンジしました。小学校は15日、中学校は10日に登場しました。



中学校

12月10日の献立

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・エスカロップ
- ・千切りキャベツ
- ・三平汁みそ仕立て



突撃！わらびの学校給食



『冬至献立』



令和2年12月

12月21日は「冬至」です。日本では昔から、冬至にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入るといふ風習があります。これは風邪を引きにくくするためと言われています。今年の「冬至献立」は、かぼちゃを使った『かぼちゃと豚肉の煮物』、ゆずを使った『白菜のゆず漬物』が登場しました。



かぼちゃのワタもきれいに
取り除きます。

『かぼちゃと豚肉の煮物』に使うかぼちゃは1つ1つ手で切りました。小学校では約60個、中学校では約30個のかぼちゃを使っています。

ゆずのいい香りが
調理室に漂っていました。



『白菜のゆず漬物』に使ったゆずは、小学校では蕨市内で収穫されたゆず150個を絞って使いました。
(中学校は、毛呂山のゆずを使用しています。)



小学校

12月9日の献立

- ごはん
- 牛乳
- にしんの梅醤油煮
- 白菜のゆず漬物
- かぼちゃと豚肉の煮物

突撃！わらびの学校給食



『鹿児島県産おさかなフェア』 令和2年12月

『学校におけるおさかな消費緊急対策事業』の一環で、鹿児島県で養殖された「ぶり」が小学校では2日、中学校では9日に給食に登場しました。
(1・2月の献立にはカンパチを提供していただく予定です。) 12月は、ブランドぶり「^{ぶりおろ}鯨王」を竜田揚げにしました。脂がのっており、とてもおいしかったです。



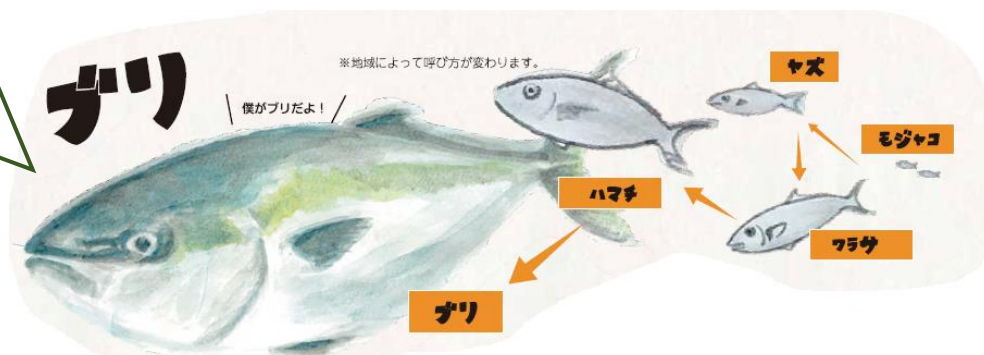
中学校

12月9日の献立

- ・ひじきごはん
- ・牛乳
- ・ぶりの竜田揚げ
- ・きゅうりのごま醤油和え
- ・ムースシュー

ぶりは成長とともに名前が変わる「出世魚」と呼ばれています。小さな「モジャコ」から「ぶり」になるまで約2～3年かかります。

お店で売られているぶりは4～5kgのものが多くありますが、大きなものでは10kg以上になることもあります。



(参照:鹿児島県漁業協同組合連合会 HP「カイくんとかごしまのおさかな」)

★鹿児島県の漁業について…

鹿児島県には、おいしい魚がたくさんあります。今回、「学校におけるおさかな消費緊急対策事業」の一環で提供した、『養殖ぶり』『養殖カンパチ』をはじめ、『養殖うなぎ』、加工品の『かつお節』や『さつま揚げ』の生産量は日本一です。

突撃！わらびの学校給食

『埼玉県産牛肉フェア』



令和2年12月

小学校では12月17日、中学校では12月18日に埼玉県産牛肉を使用した「ビーフシチュー」が登場しました。

本来、ビーフシチューはバターや小麦粉を使って作ります。今回は、調味料を工夫して、牛肉以外の27品目アレルギーを取り除いて作りました。

今回もおいしそうな
「埼玉県産の牛肉」が
届きました！



小学校で90kg
中学校で48kgの
牛肉を使っています。



ケチャップ、ソースなどの酸味を飛ばすために、1時間かけてじっくりと煮こみました。
牛肉はとても柔らかく、やさしい味つけに仕上がりました。



中学校

＊12月18日の献立＊

- ・リースパン
- ・牛乳
- ・ビーフシチュー
- ・チキンのチーズのせ
- ・ロマネスコのきらきらサラダ