

突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『イナムドゥチ』

令和4年2月

今年の旧正月は、2月1日でした。沖縄県では、旧正月をお祝いする地域があり、その際に「イナムドゥチ」という具たくさんの汁物を食べるそうです。



食材の下処理をします。
皮をむき、機械で切ります。



かまぼこ 27kg は
機械で切れないので、
包丁で切りました。



食材を釜に入れて、
調理していきます。



厚揚げを入れ、あくを
ていねいに除きます。

その他の材料も入れ、
みそで味を調えます。



☆☆☆ 完成 ☆☆☆



食缶に入れて
教室へお届けします！



突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『2月14日の献立』

令和4年2月

シチューにはさつまいもがたっぷり入っており、ホクホクとした甘みを感じることができました！

チキンのチーズのせ



中まで焼けたか
温度をはかります。



クラスごとに数え、
バットに入れます。



さつまいもホクホクシチュー



食材の下処理をします。
皮をむき、機械で切ります。

大きな釜で
調理をします。



食缶に入れて、
教室へお届けします！

ポリポリサラダ



サラダの野菜を
洗って切ります。

サラダの野菜は、いったん
ゆでて、冷まします。



バットに入れて
教室へお届けします！

突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『元気 MAX おつかカレーピラフ』

令和4年2月

寒くてかぜをひきやすい冬も、暑くて食欲がなくなりがちな夏も、このピラフを食べれば元気 MAX！みんなに大人気のカレー味に仕上げました。

具の調理



今回のポイント！
カレー粉です。



食材を釜に入れて、
調理していきます。



調理した具を釜から
取り出し、煮汁と分けます。

炊飯

お米は、煮汁を
使って炊きます。
ごはんがおいしく
炊けるように、水
分量を調整します。



炊飯釜のスイッチを入れます。
この大きな炊飯釜で、24回に
分けて炊きます。

仕上げ



具と、炊き上がった
ごはんを混ぜ合わせます。



食缶に入れて
教室へお届けします！

突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『ごはんがすすむ！ 蕨っ子スタミナいため』 令和4年2月

豚肉、にら、にんにくなどのスタミナ食材がたっぷり入ったいため物です。みんなが大好きな中華風の味付けにすることで、ごはんがもりもりすすみます！



食材の下処理をします。
野菜は3回洗います。



野菜は機械で切ることが多いですが、物によっては、包丁で切ります。



にんにく、しょうがを
いため、香りを出します。

その他の食材も釜に入れ、
調理していきます。



バットに入れて
教室へお届けします！

☆☆☆ 完成 ☆☆☆

