

10月

平成28年度 岩見沢市教育委員会 学校給食課

たんたん



給食に関する質問等は、調理所までご連絡ください。(TEL 22-4008) e-mail : kyuu01@mc.city.iwamizawa.hokkaido.jp

きゅうしよくだより

ニン太



～今月のもくひょう～ 地場産物を知ろう



毎月、給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。ぜひ、お子様と一緒に読んで下さい。

給食費は期日までの納入をおねがいします。

給食費は食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の建設費などは全て市の負担です。



第14回学校給食展が 開催されます！



10月15日(土)に生涯学習センターいわなびで学校給食展が開催されます。

献立コンクールの表彰式その他、給食の試食会や料理講習会など、楽しいイベントをご用意しています。みなさんのご来場お待ちしております♪

食に関する指導

9月の食に関する指導

| | |
|------------|-------------|
| 5日 東小3年生 | 8日 志文小2年生 |
| 6日 岩見沢小2年生 | (調理所見学) |
| 美園小1年生 | 12日 岩見沢小1年生 |
| 7日 岩見沢小2年生 | 13日 幌向小2年生 |
| (調理所見学) | (調理所見学) |
| 志文小2年生 | 南小4年生 |
| | 16日 中央小6年生 |



調理所見学では給食配送車や調理の様子、調理器具を見てもらい、給食について知ってもらう貴重な機会となっています♪



栄養教諭のつぶやき...

岩見沢市学校給食週間にちなんで、岩見沢市の地場産物を取り入れて給食の献立を考える『学校給食献立コンクール』を実施しており、今回で12回目となりました。学校全体・学級などでの取り組みや授業で取り組んだ学級もあり、今年は817作品、877名の応募がありました。この人数は、いつもの倍近くの応募で、学校給食や地場産物に興味・関心が高まっているんだなあと、とてもうれしく思いました。授業で取り組んだ学級では、献立を考えるって難しんだなあと考え込んだり、何にしようかとウキウキしながら取り組んだり、楽しみながら考えている様子が伺えました。とってもしっかりと仕上げた作品や、実際に家庭で作って写真載せてくれている作品、ネーミングに渾身の力を注いでいる作品など、とても楽しく見させていただきました。「給食」からもっと「食」に興味・関心を持ってもらえるように頑張っていかなければと、改めて思いました。

10月11日～15日は たんたんウィーク！

★Aコース11日・Bコース12日
「すいとん汁」・「鶏の黄金焼き」
すいとん汁には、岩見沢産の玉ねぎ、長ねぎ、干しいたけを使用します。鶏の黄金焼きは、岩見沢産手造りみそを使い、一つ一つ焼き上げます。

★Aコース12日・Bコース11日
「りんごとヤーコンの
スウィートカレー」
献立コンクール入賞作品です。りんごとヤーコンの甘みがポイントです♪

★Aコース13日・Bコース14日
「さつま汁」・「さばの塩焼き」
13日はさつまいもの日。前田農園さんととれたさつまいもで、さつま汁を提供します。また、産地間交流をしている釧路産のさばを塩焼きで提供します。

★Aコース14日・Bコース13日
「岩見沢の宝ーメン」
こちらも献立コンクール入賞作品です。キジ肉、白菜、玉ねぎなどの岩見沢の宝がつまっていますよ☆

10月の給食に登場する、 岩見沢の地場産物



「地場産物」ってなに？
その土地（地場）でとれる食べ物（産物）のこと。給食では「たんたんの日」として、地場産物を意識して取り入れたメニューを提供しています！地場産物を通して、岩見沢の良さ、食材の豊かさを感じてもらえたら嬉しいです☆



きじ肉は昔から貴重で高級な肉として、貴族などのえらい人しか食べることができなかったそうです。きじは大豆やおからを混ぜたエサを食べているので、低脂質で高タンパクな肉質です。給食に登場する機会が少ない食材なので、味わって食べてみてくださいね！

給食のごはんは「ななつぼし」というお米の品種です。ななつぼしは岩見沢で生まれた品種です。つや、粘り、甘みのバランスが抜群で、冷めてもおいしさが長持ちすると言われています。岩見沢は、平成26年度のお米の収穫量北海道一。地場産物の代表ですね☆



お米
(ななつぼし)

今月の注目メニュー

毎月の注目食材や特別献立、行事食などについてお知らせします。「献立表」とあわせてご覧ください。

★いわしの日献立 Aコース4日(火) Bコース5日(水)
「いわし」は歯や骨の素となるカルシウムとそのカルシウムの吸収を助けるビタミンDを両方含む魚です！今日のいわしは骨ごとすべて食べられるので、栄養をしっかりととれます♪

★メープル小5・6年生献立
Aコース26日(水) Bコース25日(火)
メープル小学校の5・6年のみなさんが授業で献立作りに取り組み、みんなが楽しく給食を食べられるように、一生けん命考えてくれました！！ユニークな献立名にも注目ですよ。

9月に登場した献立から紹介するよ☆
おうちで作ってみてね！



ニン太の レッツ COOKING♪ 米粉スープカレー

材料 (4人分)

- ベーコン...60g
- 玉ねぎ...160g
- 人参...40g
- セロリ...20g
- 大豆水煮...30g
- カレー粉...小さじ1
- 油...適量
- 米粉...小さじ2
- チキンスープ...200cc
- 水...200cc
- トマトケチャップ...大さじ1
- ウスターソース...大さじ1
- チャツネ...小さじ1
- コンソメ...大さじ1
- 食塩...少々
- こしょう...少々
- おろししょうが...小さじ1
- おろしにんにく...小さじ1

～作り方～

- ① 玉ねぎとセロリはスライス、人参はいちょう切り、ベーコンは短冊切りにする。
- ② 米粉とカレー粉は乾煎りし、油を入れてカレールウを作っておく。
- ③ ベーコン、にんにく、しょうが、セロリ、玉ねぎ、人参の順に炒める。
- ④ チキンスープと水を入れ煮込む。
- ⑤ 大豆の水煮とAの調味料、②を入れて煮込んだらできあがり♪

スープカレーは札幌で生まれた料理で、今や全道、全国的に人気となっています。このレシピは岩見沢産の「米粉」を使ってとろみをつけています。今回はトッピングにいももちをつけました！ご家庭でも好みのトッピングで楽しんでみてください♪