給食センターだより

令和６年11月
大野学校給食センター

大野東小学校２年生のみなさんが給食センターの見学に来てくれました！

11月８日から18日の間，大野東小学校の２年生のみなさんが１クラスずつ給食センターの施設見学に来てくれました。

到着したらすぐに２つのグループに分かれて，見学をスタート。給食作りの話を聞いたり，１階の調理作業を見学したり，体験コーナーで釜混ぜや手洗いチェッカーなどを体験したりしました。今回の見学をきっかけに，給食をもっと好きになってくれえたらうれしいです。

１階の調理作業をじっくり見学！

本物のスパテラで混ぜを体験！

ちりめんモンスターを発見！

食育川柳の受賞作品を確認中！

見学後のクイズは大盛り上がり！

質問タイムで出た質問（一部）
- 釜は全部でいくつありますか。
- 献立は，どのように決めていますか。
- 一番大変なことやうれしいことは何ですか。

大野東小学校５年２組のみなさんからメッセージをいただきました！

心温まるメッセージをありがとうございます。メッセージやイラストの一部を紹介します。

いつも美味しい給食を作っていただき，本当にありがとうございます。給食を食べていると，心の底から元気が湧いてきます。

今，僕たちのクラスでは，残食を０にするという取組を始めています。約１か月前に始めて，今まで 15 回達成できています。達成するために，みんな素早い準備をしたり，必死です。また，もう一つ取り組んでいることがあります。それは，廿日市産の食材を使った給食メニューを自分たちで考えるというものです。今，みんなで精一杯考えています。給食に出るときは，ぜひおいしく作ってください。よろしくお願いします。

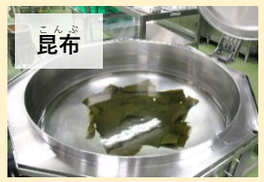
11月24日は「和食の日」

11月24日は「和食の日」です。日本の伝統的な和食文化の保護や継承の大切さについて考えることを目的とし，11「いい」，24「日本食」という語呂合わせで決められました。

和食の基本は，だしのうま味といわれています。大野学校給食センターでは，11月22日に「和食の日献立」として，だしを味わえる献立を実施しました。

「和食の日」のほかにも，和食のおいしさや栄養バランスの良さ，季節感などを伝えるため，毎月19日「食育の日」，又はその前後の日に和食の基本献立を給食で取り入れています。和食の基本献立は，「ごはん，牛乳，魚料理，青菜のお浸し，だしを使った汁物」で，旬の魚や旬の野菜を使った青菜のお浸しで，季節感と和食の良さを感じてもらっています。

〈だしとりの様子（昆布と削り節）〉


昆布

削り節

水に昆布を入れて，弱火でじっくりだしをとったあと，削り節を入れて合わせだしをとりました。

11月22日（金）の給食

11月の献立より

「揚げさばのおろしあんかけ」

◇材料　４人分（給食の量）

さば	4切	削り節	2ｇ
酒	5ｇ	水	50ｇ
しょうゆ	4ｇ	大根（おろす）	140ｇ
塩	1ｇ	しょうゆ	8ｇ
でん粉	適量	みりん	6ｇ
揚げ油	適量	三温糖	3.5ｇ
		でん粉	1ｇ

◇作り方

①さばに下味をつけ，でん粉をまぶして油で揚げる。
②削り節でだしをとり，大根おろしと調味料を加えて煮る。
③水溶きでん粉でとろみをつけ，①にかける。