

給食センターだより

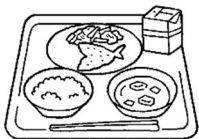


令和5年11月発行
岡垣町中学校給食センター

秋も深まり、紅葉も色づいてきた季節ですね。朝晩は気温が下がり、体調管理も難しくなってきました。朝ご飯を食べると、目が覚め、体温が上がり午前中元気に過ごせます。三食しっかりと食べて、風邪に負けない体をつくりましょう。

11月は福岡県「食育・地産地消月間」です！

「地産地消」とは、地域で生産された農林水産物を地域で消費する取り組みです。福岡県では、「いただきます!福岡のおいしい幸せ」の県民スローガンのもと連携・協力し合って、県民ぐるみで食育・地産地消を推進していく取り組みを毎年11月に行なっています。



献立表で○がついている食材は 岡垣町やその周辺でとれたものです。その他にも、給食では下の表のような 福岡県産の食材を多く使用しています。

<p>牛乳</p> <p>県内牧場で搾乳</p>	<p>しょうゆ</p> <p>県産大豆・小麦使用</p>	<p>大豆</p> <p>県産「フクユタカ」</p>	<p>うどん麺</p> <p>県産小麦使用</p>	<p>きのこ</p> <p>福岡県大木町で生産</p>	<p>いちごジャム</p> <p>県産あまおう使用</p>
--------------------------	------------------------------	----------------------------	---------------------------	-----------------------------	-------------------------------



調理員さんへインタビュー☆

Q. 好きな給食メニューは?

揚げパン

Q. 給食を作る際、大変なことはなんですか?

ご飯を上から下へと運ぶのが重くて大変だと思っています。

Q. 中学生のみなさんへ一言!

いつも給食を食べてくれてありがとうございます。
もしよかったら、いっぱい食べてくれるとうれしいです!

給食レシピ紹介

「大豆の磯煮」

材料(4人分)

芽ひじき(乾燥)・・・12g
さつま揚げ(短冊切り)・・・1枚
椎茸(スライス)・・・1個
人参(細切り)・・・1/4本
大豆(戻してあるもの)・・・40g
枝豆(皮がないもの)・・・20g

油・・・適量
酒・・・小さじ1
砂糖・・・大さじ3
濃口しょうゆ・・・小さじ2
淡口しょう油・・・小さじ1/2

A

作り方

1. 芽ひじきはもみ洗いをして、水で戻しておく。
2. さつま揚げ、椎茸、人参を切る。
3. フライパンに油をなじませ、ひじき、椎茸、人参、大豆、枝豆を入れ炒める。
4. 全体に油が回ったら、さつま揚げを入れ、Aを入れる。
5. 全体に味がしみるまで煮たら(10分程度)、完成。

11月2日(木)の献立に登場しました。味をしっかりしみこませることがポイント♪