

給食センターだより

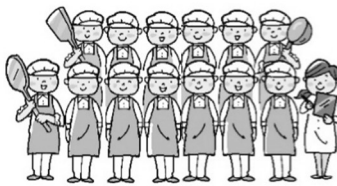


岡垣町イメージキャラクター
♡ひわりん&ひわすけ♡

令和6年4月発行
岡垣町中学校給食センター

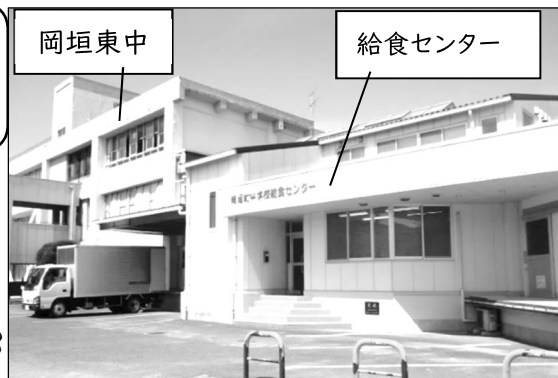
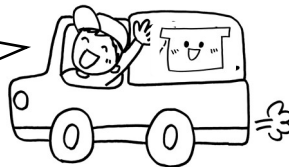
入学、進級おめでとうございます。新しいクラスには慣れましたか？学校生活を元気に過ごすためにも、栄養のバランスの良い給食をしっかりと食べてくださいね。今年度も様々な食材を使った料理や世界の料理が登場します。おいしく安全な給食をお届けするので、食べたことのないものがあったら、まずは一口チャレンジしてみましょう！

岡垣町中学校給食センターについて♪



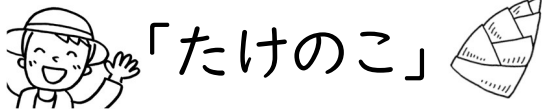
約1000人分の給食を13名の調理員さんで作ります！

運搬員さんが専用トラックで岡垣中学校まで運びます！



岡垣町中学校給食センターは、岡垣東中学校の敷地内にあります。岡垣東・岡垣中学校の2校分の給食を作っています。食材や調理方法にこだわりながらおいしい給食を作っているため、ぜひ味わって食べてくださいね♪

今月のテーマ食材



「たけのこ」

たけのこは春が旬の野菜です。1日に数十センチのびるほど成長が早く、傷みやすい食材でもあります。たけのこには食物繊維がたっぷり含まれており、便秘の予防にも効果があります。

今月、給食で使っているたけのこは岡垣町の上畑地区というところで採れたたけのこです。地場産のたけのこは、4月から5月上旬にかけて登場する予定です。

4月の給食でたけのこは3回登場します♪



給食レシピ

「アスパラガスのソテー」

材料(4人分)

春野菜たっぷり♪ベーコンでもおいしい！

アスパラガス(斜め切り)・・・1～2本

サラダ油・・・大さじ1

キャベツ(1cm短冊)・・・4～5枚

玉ねぎ(スライス)・・・1/4個

塩こしょう・・・少々

ウインナー(輪切り)・・・3～4本

ウスターソース

パプリカ(スライス)・・・1/4個

・・・小さじ1/2

作り方

1. それぞれ材料を切っておく。
2. フライパンに油を引き、アスパラガスを入れ炒める。
3. アスパラガスに大体火が通ったら、キャベツ、玉ねぎ、ウインナーを入れて炒める。
4. 全体に火が通ったらパプリカとAを入れ、炒める。
5. パプリカがしんなりするまで炒めたら、完成。