

給食センターだより



令和8年10月発行
岡垣町中学校給食センター

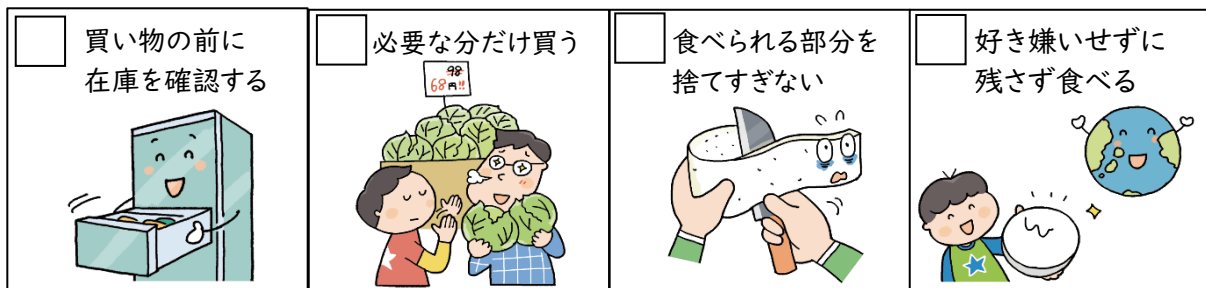
暑さがやわらぎ、過ごしやすい季節となりました。秋は実りの季節でもあり、おいしい食べ物がたくさん出回ります。旬の食材を味わいながら、秋の恵みを楽しみましょう。



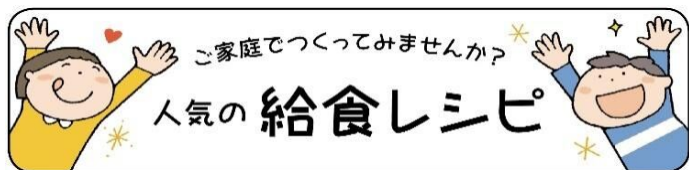
10月は「食品ロス削減月間」です

食品ロスとは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことです。日本では、年間約500万トンもの食品ロスが発生しています。これを一人あたりに換算すると、毎日おにぎり1個分のごはんを捨てていることになります。

食品ロスを少しでも減らすために、自分にできることを考えてみましょう。



まへ
ごちそうさまの前に…



【給食レシピコンクール作品】

「豚バラのみそ肉じゃが」

☆10月1日(木)の
給食に登場!

材料(4人分)

豚バラ肉…100g	だし…400ml
じゃがいも…4個	酒…大さじ3
にんじん…1本	砂糖…大さじ2
玉ねぎ…1個	みそ…大さじ3
ねぎ…8g	油…大さじ1

作り方

1. 野菜はよく洗い、適当な大きさに切る。
2. 熱した鍋に油をひいて、豚肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎを炒める。
3. だし、酒、砂糖を入れて煮込む。
4. 火を止めてから、みそを溶き入れる。
5. ねぎを散らしてできあがり。



岡垣東中2年 松田穂春さんが考えた給食です。
いつもの肉じゃがに アレンジを加えた発想が良いですね。
素敵なレシピをありがとう!