

1月給食だより

令和3年1月6日
品川区立鈴ヶ森中学校
栄養士 西田 誉唯子

明けましておめでとうございます。冬休みは充実した日々を過ごせましたか？今年あまり外出もできず、家族でゆっくりと過ごせたのではないのでしょうか。身体がなかなか追いつかないとは思いますが、気持ちを切り替えて新たな年、そして3学期を迎えましょう！

新学期になり、このクラスで過ごすのもあとわずか…。いい思い出ができるよう、毎日の生活を有意義に過ごしてください。給食室も気を引き締めて、みなさんにおいしい給食を届けられるように頑張ります！

1月の献立紹介

1/6 (水) お正月献立

***1月最初の献立は、日本のお正月をイメージした給食です。白玉雑煮や七福なますを食べて良い年になるよう願いましょう♪

1/7 (木) 七草献立

***毎年1/7は「人日の節句」と言い、1年間健康で過ごせるように、と無病息災の願いが込められています。給食では七草のひとつ、すずしろ（大根）の混ぜご飯が登場します。

1/12 (火) 鏡開き献立

***手作りのおしるこを提供します。

1/24~30 全国学校給食週間

***毎年恒例の給食週間。今回はアジアのご飯をテーマにしました。なかなか海外旅行には行くことはできませんが、給食で旅行気分を味わえちゃうかも・・・？

1/25 (月) 「手作りケーキデー🍰」 …手作りのバナナケーキを提供します。

1/26 (火) 「韓国料理」 …チャプチェとチヂミが登場します。チャプチェの発祥はなんと17世紀と言われています。とても歴史のある料理です。

1/27 (水) 「北海道料理」 …まるやかな味の「どさんこ汁」で身体ポカポカ！「どさんこ」とは、北海道の人や、北海道にあるものや作られているものを指すそうです。

1/28 (木) 「タイ料理」 …ガパオライスとトートマンクンが登場します。給食では、食べやすくアレンジします。

1/29 (金) 「東京の郷土料理」 …江東区発祥の深川めし、東京が発祥と言われているおでんを提供します。

※そもそも全国学校給食週間って？…明治22年に、貧しくてお弁当を持ってこれない子どものために始まった給食。現在では大きく変わり、子どもたちにとってバランスの良い食事のお手本が給食となっています。学校給食の意義や役割について関心を深めるための週間として1950年に定められました。

調理室を見てみよう！

全国学校給食週間に向けて、普段の調理室の様子を紹介します。生徒や職員420名分の食事はどのようにして作られるのでしょうか？

献立：揚げパン・ジュリアンスープ・卵のポテトクリーム焼き



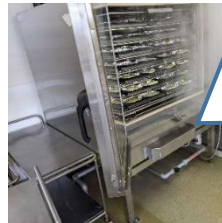
野菜を切るだけでも1時間ほどかかります。切り方によっては機械を使用しますが、包丁で切ることがほとんどです。



調理室には、この大きな釜が5つもあります！その日の作業工程によって、使い方を考えて、打ち合わせをします。



ポテトのクリーム焼きには、卵を一人1つ使います。なんと合計415個!!! 殻が入らないよう、とても注意をしています。



この機械を知っていますか？「スチームコンベクションオーブン」(略してスチコン)と言います。焼く・煮る・蒸すなど様々な調理に使えます。大量調理には欠かせない機械です。



揚げパンも、もちろん調理室で揚げています！焦げない程度に、でもカリッと揚げるには、熟練の技が必要です。



完成！

鈴ヶ森中学校の給食がどのようにして作られているか、少しだけ紹介しました。調理員さんは、朝6時から心を込めて給食を作っています。生徒の皆さんが給食を通して、日々の食事に関心をもち、食べることの大切さを感じてくれると嬉しいです。

