

給食だより

8・9月号



2学期が始まり、子ども達の元気な声が学校に戻ってきました。

まだまだ、残暑厳しく、なかには、夏バテぎみの子どももいるのではないで

しょうか。早く生活のリズムを整え、元気に2学期の

スタートをきってほしいと思います。

給食でも、衛生管理を徹底し、子ども達が元気になる

安全で栄養のあるおいしい食を提供します。



夏から秋への季節の移ろいを感じよう！



給食では、できるだけ旬の食材を使い、行事食を大切にして、季節感のある食を子ども達に伝えたいと考えています。

今月は、給食のメニューも、夏から初秋の献立に少しずつ衣替えを始めます。

子ども達には、食べ物からも季節の移ろいを感じ取ってほしいと思います。今月は、9月の行事食や季節献立を紹介します。

牛乳がビン装から紙パックに変わります



学校給食用牛乳を供給している大阪府牛乳協会が、令和3年度より府内一斉にビン供給から紙パック供給に移行することになったため、本市は2学期より紙パック牛乳に変わります。

ビン装から紙パックに変わることによって、賞味期限が若干延びますが、内容量・栄養成分・原材料・殺菌方法など中身についてはこれまでと全く同じです。

子ども達には、ごみのかさを小さくするために、飲んだ後の紙パックをたたむなどの作業をしてもらうこととなります。



9月の献立より

16日「ふかしいも」

給食では、毎年、秋に大きく育つ前の小ぶりのさつまいもが出回るこの時期に「ふかしいも」を出しています。

給食では、洗ったさつまいもを大きなざるに入れ、水をはった大きなお釜で蒸します。

おうちでも、作ってほしい季節のおやつの一つです。



21日「みたらし団子」

お月見（十五夜）にちなんだ行事食です。

今年のお月見（十五夜）は、9月21日です。

この日には、月の形になぞらえた団子を作り、その年にとれたばかりの農作物をお供えて、たくさん収穫できたことを自然に感謝する気持ちを表しました。



- 材料(4人分)
- 団子(冷凍) 200g
 - 砂糖 大2
 - 濃口しょうゆ 大1
 - みず 100cc
 - でんぷん小2と1/2



作り方

- 鍋に水と調味料・でんぷんを入れてませあわせ中火～弱火にかけ、練りながらとろみを出し、あんを作る。
- ゆでた団子を①のあんに入れる。

22日 一口さんまのかば焼き

秋を代表する魚―秋刀魚を使った季節献立です。



今年もさんまの水揚げ量は少なく、高価になるようです。旬の味を味わってください。

材料(4人分)

- 秋刀魚カット 2匹分
- でんぷん 大2と1/2
- 揚げ油
- 濃口しょうゆ 小2弱
- みりん 小1弱
- 砂糖 小2と1/2
- みず 小2

作り方

- 秋刀魚は一口大に切って、でんぷんをまぶし、からっと揚げる。
- 鍋に水と調味料を合わせて煮立たせ、たれを作る。
- ①に②をからめる。