

1月8日金曜日の給食

今日の献立は、わかめごはん、白玉雑煮、大豆と煮干しの揚げ煮、紅白なますです。



今日は今年に入って最初の給食なので『お正月』の行事食です。



花かつおでだしを取っています。給食用のお餅は一口サイズです。



お餅が膨らんで、釜にたっぷりのお雑煮が出来上がりました。



大豆と煮干しの揚げ煮は、生大豆を柔らかく炊いてから片栗粉をまぶして揚げたものと、オーブンで焼いた煮干しとアーモンドを釜で和えて、甘辛いたれで味付けしています。



紅白なますの大根は、昨日の寒さで少し凍っているような大根と人参が納入されたので心配しましたが、上手に美味しく、きれいに出来上がりました。

1月12日火曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、おでん、ナッツごぼう、即席漬けです。



「今日は雪かも…」との天気予報にヒヤヒヤしましたが、なんとか雨ですみました。しかし、寒いことには変わりなく、今日のおでんは、みんなに喜んでもらえるのでは？



おでんの食材は、スライサー（機械）を使わずに手切りが多いので、とても手間がかかります。



しかも、大根はこんない大きいのが届いてびっくりです！



炊くときも、練り製品が膨らむので、混ぜるのも重労働です。

G 田「でも、おでんって人気なんだよね♪」

T 本調理員「そうそう！『給食のおでんは、お家の味と違っておいしいって子供が言うんだけど、どうやって作ってるの？』ってよく聞かれるんですよ！」

給食のおでんは、煮干しのだしをとって、薄口しょうゆと濃い口しょうゆを同量、砂糖とみりんをほんの少し入れて炊いています。

「煮干しだし」が決めてなのかもしれませんね♪

こちら人気メニューのナッツごぼう。



薄く斜めにスライスしたごぼうに片栗粉をつけて揚げたものと...



オーブンで焼いたアーモンドを合わせて甘辛いたれで和えています。

先生や保護者の方から「作り方教えて！」とよく聞かれる献立です。

よかったらお家でも作ってみてください♪

ただし、給食ではアーモンドは縦切りの物を使用していますが、市販されていないので、丸いアーモンドを縦に切るか、スライスアーモンドでもおいしくできます。

[ナッツごぼうのレシピ\[PDF ファイル／56KB\]](#)

ナッツごぼう

《材料》		(4人分)
ごぼう		1本
片栗粉		大さじ2
揚げ油		適量
スルードロースト（アーモンド）		大さじ2
A {	砂糖	小さじ1
	薄口しょうゆ	大さじ1／2
	酒	小さじ1

作り方

- ① ごぼうは皮をむき、斜め切りにして水につけてあくをぬいておく。
- ② ごぼうの水気を取り、片栗粉をまぶして170度でカリッとなるまで揚げる。（5分程度）
- ③ アーモンドはフライパンで炒っておく。
- ④ Aの調味料を合わせる。
- ⑤ ③に油を切ったごぼうを入れ、④の調味料で和える。

※ 中学生給食の4人分なので、量は調整してください。

1月13日水曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、沢煮碗、鶏ごぼう丼、酢物です。



ごぼうの値段が高くなってきているようですが、昨日に引き続き、今日もたっぷりごぼうを使います。

昨日はスライサーのポケットの部分からごぼうを入れていき、斜めにスライス。



今日はごぼうを縦に4分割しておいてベルトに並べていくとみじん切りになります。



今日は、鶏ごぼう丼なので、「そぼろ」になるように細かく切っています。

鶏の挽き肉と一緒に炒めて甘辛い味つけにして、ご飯にかけて食べます。

ごぼうを切っていた T 井調理員が

「今日の給食が『鶏ごぼう丼』なのを忘れてて、家でも作っちゃいましたよ！！」

というくらい、おいしい鶏ごぼう丼です♪

1月14日木曜日の給食

今日の献立は、バターパン、わかめうどん、鯛のマリネ、もやしのサラダです。



今日の鯛のマリネの鯛は、角切りです。
片栗粉をまぶして、185℃で3分半、カラッと揚げます。



マリネの野菜は、本来なら生なのですが、給食では生は出してはいけないことになっているので、一度炊いています。



砂糖や薄口醤油などの調味料を加えてひと煮たちしたものを揚げた鯛の上に掛けていきます。



各クラスには、こんな感じでお届けします♪

1月15日金曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、里芋のそぼろ煮、手作りふりかけ、ゆずみそ和えです。



里芋は、いつも通り、松前町で作って下さった生の里芋を使っています。



調理員が総動員で皮をむいて、手で切っていきます。

作業がとても大変で忙しいのですが、出来上がりは柔らかくておいしく出来上がるので頑張っています!(^^)!

調理員「誰～。こんな忙しい献立をリクエストする人は！！」

そうです、年に1度しか出ない献立なのですが、昨年11月頃、小学校の男の先生に「里芋のそぼろ煮、好きなんよね。作り方教えて。」と言われ、そういえば今年度はまだ作ってなかったな、と取り入れたわけです。

調理員「もう！もっと簡単な献立をリクエストしてよね！！」

里芋に手が取られるため、ふりかけとゆずみそ和えは、最少人数で作らなくてはなりません。



ふりかけは、少量なので配缶が難しく、四苦八苦していました。

1月18日月曜日の給食

今日の献立は、コッペパン、ポタージュ、カミカミチップ、マカロニサラダです。



珍味の町、松前町の給食にはたびたび登場する「カミカミチップ」。
子ども達には人気ですが、大人は歯茎に刺さって食べにくいらしい...。
『よく噛んで食べる』ための献立ですからね！



給食センターの大人たちも、サラダのドレッシングや汁物に浸してから食べているらしいのです。

T井調理員「えっ！？G田先生は、そのまま食べられるの??？」

もちろんです！若いからね〜♪



マカロニサラダは、松前町産のレタス、きゅうり、にんじん、ブロッコリーなどの野菜とツナが入っています。



味つけは、マヨネーズと無糖ヨーグルトでさっぱりした味にしています。

最近、カメラを持ってうろうろしていると、みんな気合が入ってなかなか面白い写真を撮らせてくれません。残念(*´艸`)

1月19日火曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、中華どんぶり、レモン和え、大学芋です。



M好調理員「今日のメインは、大学芋じゃないから！！中華どんぶりだから！！」

大学芋を作りながら、強調していました。

そうですよ。メインは中華どんぶりです。

ただし、失敗しやすいのが大学芋の飴づくりなので、みんなが昨日から大学芋の話ばかりしていたのです。

担当者のI野調理員は昨夜眠れなかったとか...



砂糖と水と水飴を釜でよく混ぜて溶かし、加熱していきます。
今日は寒かったためか、なかなか温度が上がりませんでした。



95度まで上がったら、素揚げしたさつまいもを入れて優しく和えます。
今日の合言葉「やさし〜く、やさし〜く💕」
担当のM好調理員とI野調理員がずっと口ずさんでいたようです。



つやつやのおいしい大学芋が出来上がりました♪

ホントのメインの中華どんぶりは...



たまねぎ、にんじん、たけのこ、ピーマン、白菜とたくさんの野菜を使っているのでとてもご舞いです。



こちらもおいしい中華どんぶりが出来上がりました♪

1月20日水曜日の給食

今日の献立は、たこ飯、豚汁、はもの唐揚げ、小松菜のおひたし、プリンです。



今日は、松前中学校のリクエスト献立です。



揚げ物機が故障してしまい、修理が完了したのが10時！！

岡田小学校と中学校は、10時にはセンターを出発しないと給食時間に間に合わなくなるため、急遽、スチームコンベクションオーブンで焼きました。

さて、問題です。

給食センターでは、いろいろな食材を水につけておくことがあります。

特に今日は色とりどりでした。何をつけていたのか、わかるかな？



答えは明日のお楽しみ♪

1月21日木曜日の給食

今日の献立は、コッペパン、焼きそば、にら玉、海草サラダです。



学校給食は、必ず75℃1分以上加熱して提供しなければならないことが衛生管理基準で定められています。

しかし、焼きそばの中華めんは、炒めると温度が上がりにくいいため、どろどろになってしまいます。

そこで、松前町ではスチームコンベクションオーブンで一度焼いています。



表面がほんのり色づいてカリカリになるまで焼きます。
その後、釜で炒めて味つけた具材と混ぜ合わせていきます。



麺を釜に入れているのは M 浦調理員。
腰を痛めて、しばらく重いものを持たなくていい作業を中心にしていたんですが、
今日から本格的な調理作業に再デビューです。
そして...カメラを向けるとご覧の通り、満面の笑みでカメラ目線です♪

さて、昨日の水槽の水の色あてクイズの正解です。
給食センターで事務をしている I 岡さんの予想は...

「あんこ、ずんだもち、寒天」だそうです。
給食に一つも出ていないものばかりです！



正解は左から「ごぼうのあく抜き」「ねぎの水さらし」「里芋のぬめりとり」でした♪

1月22日金曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、カレーライス、コールスローサラダ、福神漬け、杏仁豆腐です。



G 田「忙しそうだね〜♪」



急に「忙しい、忙しい！」と言いながら杏仁豆腐をかき混ぜる K 井調理員と O 笠原調理員。



こちらは本当に忙しそうなかレー担当の T 本調理員。



こんなにたくさんの具材を入れま〜す♪

忙しい割には、カメラ目線で余裕しゃくしゃくのようにですね。

M 好調理員「人数の多い岡田小中学校（800人分）の時に、写真撮ってくれなくっちゃ！！」

人数が少ない松前中学校の時だったので怒られてしまいました。

少ないと言っても400人分の食材です。

400人分を少ないと言うって、すごい力持ちだよな～(^^♪

1月25日月曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、けんちん汁、レタスの挽き肉炒め、かぶのレモン漬け、みかんです。



今週は、全国学校給食週間です。

松前町は、年間通して地産地消を推進していますが、今週は特に町内産の食材を使った郷土料理や開発メニューが目白押しなので、調理場は大忙しです。



それでも、手抜きをしないで、丁寧に手作業で作っていきます。



調理員さんも、大急ぎで作業しているので躍動感のある写真！？
みんな、バタバタ走り回っていました…。
今週は、忙しくなるぞ～。Fight！！！！

1月26日火曜日の給食

今日の献立は、麦ごはん、松前丼、はもの磯辺揚げ、ゆかり和え、いちごです。



松前丼は、平成 29 年に開発された献立で、当時の伊予高校生が考えてくれた『松前町の特産品をたくさん使った献立』です。



白菜、にんじん、レタス、小松菜、長ねぎ、青ねぎ、松前町産のはもが入ったじゃこ天など、本当にたくさんの種類が使われているので、やさいを洗うのも大変です。



調理委託業者の東洋食品四国事業部から巡回に来ていた H 野さんも、当然お手伝いさせられています。

G 田「しまった。今日来るんじゃないかって思ってるでしょ〜。」

H 野所長「いえいえ。そんなこと、思ってませんよ！！」

顔が引きつっていました。



主菜は、松前町産のはもを青のりの入った天ぷらの衣をつけて揚げました。
ふわっふわのはもの食感がおいしい磯辺揚げが出来上がりました♪

そして、今日はデザートに松前町産のいちごが登場！！



町内産のいちごが給食に使われるのは初めてです！
北伊予校区で、今朝４時から収穫してくれたピカピカの完熟いちごです♪
いためないように、きれいにそっと並べて数えています。

すっごく甘くておいしいいちごでした💕

1月27日水曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、野菜のうま煮、鯛の塩麴焼き、ボイル野菜、味つけのりです。



今日は北伊予校区で作ってくれているれんこんや里芋などの根菜をたくさん使った野菜のうま煮です。



れんこんといえば、沼地で育っているところを想像するかもしれませんが、松前では田んぼで育てているそうです。

れんこんは泥の中で横に伸びて育つので、深い沼地でなくても栽培できるそうです。松前町で採れるれんこんは、一節が長いのが特徴です。



里芋も、皮がついている生の物を使用します。手で1個ずつ皮をむくのは大変なので...



ピーラーという機械を使って皮をむきます。
しかし完全にはきれいにならないので...



最後は、総動員で手作業できれいにしていきます。
手間がかかっても、生の里芋の方がおいしくできるので、がんばっています！！

1月28日木曜日の給食

今日の献立は、六穀ごはん、豚汁、はも入りじゃこ天、おひたし、りんまんです。



はも入りじゃこ天は、松前町産のはもを使って特別に業者さんに作ってもらっています。



それをスチームコンベクションオーブンで蒸し焼きにします。



K 調理員「見て見て！！座布団みたい！！」
蒸し焼きにすると、倍ぐらいに膨れ上がりました！



各クラスの食缶に並べるころには、元の大きさに戻っていました。煮たての大根おろしを
かけて各学校に送ります。

こちらは、和え物室。



ほうれん草をドーナッツ型にして...

遊んでいるわけではありません。

水切りをして、味がしっかりと付きやすいようにしています。

真ん中の丸いところから水を抜くことができる回転釜なのです。

1月29日金曜日の給食

今日の献立は、鯛めし、すいとん、小煮干しの磯香揚げ、しやぶしやぶたサラダです。



すいとん担当のふたりです。



2匹の... ???

G「いつもは3匹の子ブタなのに、今日は2匹の大ブタなんだね～」

H 田調理員・M 浦調理員「ひど～！！...でも、否定できない...。せめて、後ろからじゃなくて、前から写して♪」



了解しました。湯気であまり見えませんがメガネペアの二人だそうです。

というより、今日は忙しくて団子をちぎり入れるのに2人でするしかなかったようです。
なぜなら...



今日も里芋！！！！



しゃぶしゃぶたサラダは豚肉を湯がいてから真空冷却機で冷やさなければならぬので、
サラダ担当も人手が足りず、責任者の M 本調理が豚肉を引き上げています。

あれ？里芋切っていたのも、M 本調理員？

M 本調理員「それくらい、今日は忙しいってことですよ！！！」

決して M 本調理員がホームページに載せてほしくて、あちこちで写真を撮られるようにしているのではないそうです♪