

10月1日金曜日の給食

今日の献立は、麦ごはん、牛乳、きのこカレー、しゃぶしゃぶたサラダ、福神漬けです。



今日から10月です。10月といえばすっかり暦は秋という感じですが、そとはまだまだ夏という感じで暑かったですね。

秋ということで、今日のカレーは「きのこカレー」です。

カレールウを入れる前ですが、いろいろな種類のきのこが入っているのがわかりますか？



今日もカレーオンマンが、「きのこカレー」を配ります！！



作った後は、もちろん記録をします。



10月4日月曜日の給食

今日の献立は、コッペパン、牛乳、チャンポン、いかのさらさ揚げ、きゅうり漬けです。



「いかのさらさ揚げ」です。笑顔で「いか」に衣をつけています。



衣がくっつきやすいので、バラバラになるように入れて、途中でほぐしています。



カレー味でおいしそうに揚がりました。

おいしそうにチャンポンのスープも出来上がりました。



10月5日火曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、牛乳、五目きんぴら、酢物、手作り
ふりかけです。



「五目きんぴら」です。

じゃがいもをカラッと揚げていきます。



揚げたじゃがいもを、入れます。



じゃがいもがくずれないようにさっと混ぜます。



おいしそうに「五目きんぴら」出来上がりました。



五目きんぴらには、揚げたじゃがいもだけでなく・・・。

こんにゃくも全部で 66K！大人 1 人分かな！？



10月6日水曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、牛乳、ふしめん汁、レタスのひき肉炒め、せん切りサラダです。



「ふしめん汁」のふしめんです。麺を作るふしからできる**エコな食材**なのですが、料理に入るとまたいい味をだしています。



いつものように伊予灘でとれた煮干しを使っただしに、さらに干しシイタケからだしをとります。



さらにいろいろな食材のうま味からでて、おいしさが増したふしめん汁の出来上がりです♪



人気メニューのレタスのひき肉炒めもカラフルでおいしそうに出来上がりました♪



10月7日木曜日の給食

今日の献立は、コッペパン、牛乳、ミートスパゲティ、和風サラダ、さきいかの磯香揚げ、ブルーベリージャムです。



「さきいかの磯香揚げ」です。
まずは、ながーいさきいかを食べやすい大きさに切ります。



試行錯誤しながら、さきいかの磯香揚げを揚げていきました。



きれいな天ぷらに仕上がりました。



★ ミートソース編



10月8日金曜日の給食

今日の献立は、わかめご飯、牛乳、白玉汁、いわしのアングレースソース、小松菜のおひたしです。



「いわしのアングレーズソース」です。
いわしには体にいい栄養がたくさんある青魚ですが、子どもには人気のある魚では残念ながらありません。
しかしながら松前の給食では、いわしのアングレーズソースとなって人気メニューとなっています。

いわしに下味をして、衣をつけて揚げます。これだけでもおいしそうですが...



揚げたいわしに、ソースをかけます。



オーブンでパン粉を焼き、きれいな「いわしのアングレーズソース」出来上がりです♪



★ 番外編 小松菜のおひたしもがんばっています！



10月11日月曜日の給食

今日の献立は、白ご飯、牛乳、ハヤシライス、しょうゆドレッシングサラダ、ミニトマトです。



調理場に入ると”プ〜ン”とにんにくの炒めた匂い。カレー???

いえいえ。ハヤシライスです。

「だって、途中まで、まるでカレーだもん。」とM好調理員。

ミーティングで...

調理員一同「ハヤシライスって、じゃがいも入らないんじゃないの？」

S々木栄養教諭「給食バージョンです！！」

ということで、給食のハヤシライスの作り方はカレーとほぼ同じです。



今日は中学校が運動会の繰替休日でお休みのため、いつもより食数が少ないので、みんな余裕しゃくしゃくです。



ミニトマトは、一人分、2個ずつ数えていきます。
給食でミニトマトを出すときは、葉っぱの部分に汚れがたまりやすいので
全部葉っぱを取ってから洗っています。
今日のミニトマトは完熟でおいしそうですよ♪

10月12日火曜日の給食

今日の献立は、白ご飯、牛乳、みそ汁、鮭のきのご蒸し、白菜
とささみあえです。



今日も中学校がお休みのため、小学校のみの給食となりました。
そんなときにはやはりカップものの給食登場です。
今日のカップ焼きは和風の「鮭のきのご蒸し」です。
↓ 鮭に炒めたきのごをのせました。



ゆず風味のきのこ蒸しでしたが、お味がいかがでしょうか？

【ささみと白菜あえ】

ささみをしっかりほぐしてから、混ぜあわせます。



10月13日水曜日の給食

今日の献立は、白ご飯、牛乳、中華スープ、豚キムチ、ごま味
いりこです。



【豚キムチ】

後ろから失礼して後ろのショット📷と縦並びのショット📷

にらを丁寧に洗っています👩👩豚キムチなので大量のにらなのです。



女子たちが一生懸命に洗った食材を、2学期から新加入のY調理員さんが力強く炒めていきます。



【ごま味いりこ】

力強さの次は、ごまの風味のきいたごま味いりこでした♪



10月14日木曜日の給食

今日の献立は、白ご飯、牛乳、けんちん汁、豆腐の変わり揚げ、酢物です。



【協力】して給食をいつも作っています。
○まずは、つくね揚げです。2人で協力して、つくね揚げを入れていきます。



○ 続いては、里芋で、松前町産です。
まずは皮をむいた里芋を切りやすいように半分に切っていきます。



先ほどの里芋ですが、すべりやすいため2人で協力をして、スライサーに置いていきます。



○ 配缶です。これも2人組になって、食缶への確認を行います。



10月15日金曜日の給食

今日の献立は、ちらしずし、牛乳、すまし汁、ぶりの照り焼き、三色和え、みかんです。



今日は松前町の地方祭なので給食も祭りメニューです。

今日は伊予灘でとれた「ぶりの照り焼き」です。



これは何の料理でしょう？↓



「三色和え」のほうれん草のゆで汁です↑



野菜を冷却したものを混ぜ合わせて完成です！！



10月18日月曜日の給食

今日の献立は、コッペパン、牛乳、焼きそば、即席漬け、ナタデココです。



今日は何ととっても「焼きそば」でしょう。

家でお手軽に作る料理の一つ「焼きそば」のイメージですが、松前の給食の【焼きそば】は一味も二味も三味も違います。

まず、麺をカットします。



この麺をオーブンで焼きます。



炒めた野菜たちに、この焼いた麺をいれ優しく混ぜます。
二人で順番に麺を入れていく作業は、まさにとチームワーク！！





カリッと仕上がり、手間ひまかけた【焼きそば】の出来上がりです♪

10月19日火曜日の給食

今日の献立は、里芋ご飯、牛乳、にゅうめん、豚肉の香味揚げ、ゆずみそあえです。



野菜の下処理です。野菜に異物がついていないかていねいに見ながら、洗いながら3つの水槽を通っていきます。



【豚肉の香味揚げ】です。今日の香味は何だったかわかりますか？



今日の香味は、パセリといりごまでした。パセリの風味とごまがいい感じでしたね♪

10月20日水曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、牛乳、かきたま汁、さばのみそ煮、

いかとキャベツの和え物です。



【さばのみそ煮】です。

まずは、みそ煮のたれをつくります。

さばとみそ煮のたれと一緒にスチコンで蒸し焼きします。



さばがいい感じ出来上がりました。白ごはんとすごくあいそうです♪



おいしそうに出来上がった後は、配缶チームが数を確認しながら、クラスに入れていきます。

「1、2、3・・・。」



【番外編 ～ きいろ ～ 】



10月21日木曜日の給食

今日の献立は、米粉パン、牛乳、五目うどん、いそ和え、れんこんチップです。



今日は、特別にわが松前給食センターの熟練技をお見せしましょう♪

【Hプロの混ぜるすご技】

まずは、何事もないようなポーズですが、この後の技がすごいんです！！



たらいを上手にあげて調味料をれんこんとうまく絡まるようにしています。





【Mプロのだしとり】

今日もおいしく五目うどん出来上がりました！！



おいしいうどんには、おいしい「だし」があります！！

今日は、伊予市でとれた煮干しと北海道の昆布のだしです。とっても美味しそうですね♪



10月22日金曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、牛乳、洋風煮込み、鮭のレモン和え、ナムルです。



じゃがいもや野菜を切って、切って



炒めて 炒めて



煮こんで 煮込んで



洋風煮込みの出来上がりです♪



10月25日月曜日の給食

今日の献立は、コッペパン、牛乳、ビーフン汁、ナッツごぼ
う、ごまネーズサラダです。



今日は、【ナッツごぼう】

まずは、調味料を温めます。



ナッツは、オーブンで加熱します。



ささがきにしたごぼうにでんぷんをつけて、揚げていきます。



今日は、どうもフライヤーの調子がよくないようです💧💧

いつもはG先生が登場すると、フライヤーがめっちゃ調子よくなるのに、今日は...



少し時間がかかってしまいましたが、【ナッツごぼう】出来上がりです♪



10月26日火曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、牛乳、芋炊き、さんまの蒲焼、すだち風味漬けです。



里芋の皮をむいてむいてむいて



里芋をきってきってきって



さんまを小学校は2つ 中学校は3つ 数えて 数えて 数えて



大忙しでした💦💦ごめんなさい🙇

10月27日水曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、牛乳、たこのから揚げ、5レンジャーおひたし、小松菜入り根菜豚汁、プリンです。



今日は、松前中学校のリクエスト献立です。**松前町産の小松菜**を使っのテーマに作られたメニューです。

調理場は、小松菜祭りです💦💦

検収室も小松菜の山できています。



小松菜を洗うのもつぎ つぎ つぎ とやってきます。



切って切って切りまくりました。O調理員さん 無口でがんばっていました。



豚汁にも小松菜入りました。



緑いっぱいのおえものを、彩りよくするために必死で混ぜてくれている H 調理員さんと T 調理員さんです。



とってもきれいないろどりで子どもたちも喜んでくれていました♪

10月28日木曜日の給食

今日の献立は、コッペパン、牛乳、クリーム煮、大豆かりんとう、じゃこサラダです。



きれいにまっすぐに揚がっている大豆です。



T 調理員さんが魔法の粉をかけて、かけて、「大豆かりんとう」の出来上がりです♪



【クリーム煮とじゃこサラダもがんばっていますよ！】



10月29日金曜日の給食

今日の献立は、白ごはん、牛乳、沢煮椀、かぼちゃのそぼろ煮、小煮干しの磯香揚げです。



31日は「ハロウィン🎃」ということもあり、かぼちゃです。🎃なのに、ちょっと和食に仕上がりました。

しかし、調理場はハロウィンパーティーです🎉🎉

美味しそうなかぼちゃですが、調理員さんが、手で切っていきます👩👨



せっせせっせと分担してかぼちゃを切っていきます。



するとどうなったかと言いますと・・・



仮装しなくてもみんなの手が、かぼちゃ色に変身してしまいました！！



美味しそうに「かぼちゃのそぼろ煮」出来ました♪和食ですが、ちょっとハロウィン🎃気分になってくれるとうれしいです。