

平成 29 年 3 月の給食

3月1日 水曜日



今日の献立は、減量コッペパン、卵ぞうすい、大豆と煮干しの揚げ煮、すだち風味漬、いちごジャムです。

今日は、卵ぞうすいができるまでを紹介します。



ぞうすいに使うお米は、洗って水に浸けておきます。



鶏ミンチは、塊にならないように、だし汁でほぐしてから釜に入れます。

今日のだしは、瀬戸内海でとれた煮干しを使ったものです。

釜に入れた後も、塊がないか確認します。



水に浸したお米を入れて、7分くらいで炊き上がります。

水菜を入れ、溶き卵をふんわりと流し入れて出来上がりです

3月2日 木曜日



今日の献立は、白ご飯、おでん、納豆みそ、磯あえ、(中学校)いちごです。

いちごの品種は、『紅ほっぺ』です。『章姫』と『さちのか』を交配してつくられた品種です。

ほっぺが落ちるくらいコクがあっておいしく、また、親しみを持ってもらえるようにという願いを込めて名付けられました。



いちごは、とても傷みやすい食品なので、注意をして作業します。

パックからザルに移すとき、洗うときも優しく丁寧に扱います。



洗った野菜や果物を下処理室から調理室へ運ぶときは、

パススルー冷蔵庫を利用して食品だけ移動させます。

これは、人や容器を介して、汚れや菌を調理室に持ち込まないようにするためです。

※パススルー冷蔵庫は、下処理室と調理室の間にあって、両方から出し入れができます。

調理員さんたちは、作業着や靴を替えて、手洗い、エアーシャワーを済ませてから移動します。



クラスに分けるときは、間違いがないように、数える人を替えて2回数えます。

小学校は、16日にいちごがきます。楽しみにしてください。

3月3日 金曜日



今日の献立は、ちらし寿司、赤だし、鯛の香味あげ、小松菜のおひたし、ひなあられです。

『ひなまつり』の行事献立として、ちらし寿司、鯛の香味あげ、ひなあられにしました。

鯛は、姿かたちが美しく、「めでたい」に通じるところから、お祝いの食事によく使われます。



鯛は、愛媛県産の真鯛を使っています。(鯛は、愛媛県の県魚です)

衣に使う小麦粉は、だまにならないように(異物混入防止もあります)ふるいにかけます。



小麦粉、卵、ごま、パセリで衣を作ります。



中心部までしっかり火が通っているか、温度計で確認します。

女の子のすこやかな成長と幸せを願う『ひなまつり』、行事食をみんなで
いただいてお祝いしたいですね。

3月6日 月曜日



今日の献立は、減量コッペパン、イタリアンスパゲティ、ナッツいりこ、ひじきサラダです。

スパゲティなので、小さいパンになっています。



スパゲティは、ビニール袋から出してザルに入れます。

全ての食材は別の容器に取り出して、品質や異物がないことを確認してから使います。

麺は、食べるまでにのびるので、固めに茹でます。



材料を炒めて、ケチャップ、ウスターソース、砂糖などで味付けします。

茹でたスパゲティをいれて、温度を確認したら出来上がりです。

3月7日 火曜日



今日の給食は、白ご飯、みそ汁、ヒレカツ、五色あえです。

明日は、県立高校の受験日です。入学試験に勝って無事合格できるように、

『カツ』にしました。もちろん、手作りです♪

それも、ちょっぴり奮発して『ひれ』のカツにしました。

まずは、パン粉をつけていきます。



肉が分厚いと、真中まで火が通りにくいため、『きゃしゃ』な体の調理員さんたちが一生懸命、体重をかけて伸ばしていきながらパン粉をつけています。
今日の担当者はH金調理員とH田調理員とI宮調理員です。



← 手際よくフライヤーに入れていくN本調理員。



← 揚げたカツは、温度を測ってちゃんと揚がっているか確認します。

給食では、食中毒を防止するため、75℃1分以上加熱することになっています。
揚げている途中、何回もこの確認をします。

すべてのカツが、きちんと揚がってるか、確かめるためです。

温度と時間は、すべて記録していきます。



←確認ができれば、各クラスに数えて入れます。

今日は、小学校が一人1切れ、中学校が一人2切れです。

ただし、小学校6年生は、すっかり体が大きくなったし、

卒業のお祝いもかねて1人2切れにしました。

明日受験する、中学3年生のみなさん、がんばってくださいね♡

3月8日 水曜日



今日の給食は、コッペパン、クリームスープ、鶏肉のピリ辛焼き、
レモンサラダです。



クリームスープに使うシチューの素は、塊にならないようにお湯で溶いておきます。

釜に入れるときは、ザルで濾しながら入れます。

おいしく食べてもらえるように、工夫して調理しています。



ピリ辛焼きの鶏肉は、小学校50g、中学校70g です。

鉄板に、小学校は 50 切れ、中学校は 35 切れ並べて、オーブンで焼きます。



中まで火が通っているか、温度計で確認します。

クラスに分けるときは、間違いがないように人を替えて2回数えます。



【オーブンで焼く前】



【オーブンで焼いた後】

大きかった鶏肉も、焼いた後は小さくなってしまいます。
でも、旨味がぎゅーと詰まって、味はとてもおいしいです。

3月9日 木曜日



今日の献立は、白ごはん、糸こんにゃくの卵とじ、ししゃもの南蛮漬け、和風サラダです。

今日の大きなおかずは煮物。



大きな釜に、こんなにたくさんの具材がぎゅ〜っと入っています。

かき混ぜるのは、ものすごく体力がいります。



← このすばらしい腰の入り方！！

素人には、真似できません…。

今日の担当は、M 浦調理員とH やし調理員です。

3月10日 金曜日



今日の給食は、白ご飯、すき焼き、カミカミチップス、きゅうりもみです。

中学3年生は、給食が食べられるのも、後3日となりました。



白菜などの野菜は、1枚、1枚ていねいに洗います。

長ねぎは、機械で斜め切りにします。



ふは洗って、軽く絞ります。

うずら卵は中心部までしっかり加熱して、煮崩れを防ぐために茹でておきます。



牛肉に砂糖、しょうゆ、酒で下味をつけます。

1000人近くの材料を混ぜるのは、とても力がいらいます。

牛肉をたっぷり使った「すき焼き」、思い出の給食になりますように。

3月13日 月曜日



今日の給食は、カレーライス(白ご飯)、ミモザサラダ、福神漬、いちごゼリーです。

今日は、松前町学校給食センターで、アレルギー試食会がありました。

アレルギー対応の保護者 26 名が参加し、試食後、4 月の打合せを行いました。



今日のアレルギー対応食は、カレーライスとミモザサラダです。

カレーライスは、アレルギーがないルウを使います。

ルウを入れる前の材料を鍋にとって、アレルギーコーナーで作ります。



2人で確認しながら配食します。



各学校へは、個別のポットに入れて配送します。

配食するとき、ポットに入れるとき、コンテナに積み込むときと、何度も複数で確認して間違いがないように努めています。

3月14日 火曜日



今日の給食は、鯛めし、すまし汁、おろしハンバーグ、ポテトサラダ、
お祝いケーキ(中学校のみ)です。

※小学校は21日にお祝いケーキがつきます。

今日は、中学校3年生からのリクエスト給食です。

北伊予中学校、岡田中学校、松前中学校でそれぞれ1つ献立を考えてもらい、
その中から一番リクエストの多かった献立に決めました。



すまし汁は、削り節でだしをとります。

給食では、削り節の他に、煮干しや昆布でだしをとっています。



ハンバーグを鉄板に並べて、オーブンで焼きます。

小学校は50個、中学校は40個並べます。



今日は、大根おろしに、だし汁、しょうゆ、酒で味付けした、『おろしハンバーグ』です。

21日は、町内の小学校6年生からのリクエスト給食です。

3月15日 水曜日



今日の給食は、減量コッペパン、わかめうどん、ハムとコーンのかきあげ、もやしのナムル、はちみつマーガリンです。



うどんのだしには、瀬戸内海でとれた煮干しを使っています。

30分以上水に浸して、弱火で15分くらい煮だします。

うどんは、子どもたちがつぎ分けやすいように切っておきます。



鶏肉、しいたけ、人参は、砂糖としょうゆで下味を付けます。

ひと手間かけることで、出来上がりが違ってきます。

今日は、15kgのねぎを手切りにしました。最初はリズムカルな包丁さばきも、
だんだんペースダウンする調理員さんでした。

3月16日 水曜日



今日の献立は、白ごはん、マーボー豆腐、中華サラダ、小女子ちりめん、いちごです。

マーボー豆腐は、給食センターの手作りです。

決して、〇〇の素なんて調味料は使いません。

赤みそ、オイスターソース、しょうゆ、トウバンジャン、砂糖などを使って味付けしています。

具材は全部みじん切り。



たまねぎもたけのこも…



にんじんも干し椎茸も…



にらも……豆腐は、さいの目に切っています。



釜では、T本調理員が、ごま油で「にんにく」と「しょうが」と「長ねぎ」を炒めて作った香油で牛ミンチを炒め始めました。

湯気がすごくて、釜の中も調理員さんの顔も真っ白に写ってしまいます。

T本調理員「美人に見えていいでしょ♪うふふ♡」

本物をご覧になりたい方は、給食センターへぜひお越しください♡

3月17日 金曜日



今日の献立は、白ごはん、けんちん汁、さんまの蒲焼き、甘酢漬けです。

松前町の給食センターは、『ドライ方式』で給食を作っています。

これは、床を濡らしたり汚したりしないように調理をする方式です。

床に、野菜の切りくずが落ちていると…

『あっ！！！！』

と、栄養教諭に大きな声で責められます。ですから…



← こまめに掃除をします。

きれいな床で作業をするために、作業ごとに調理用の靴を履きかえています。



野菜下処理室や揚げ物の生もの(揚げる前)を扱う人はピンクの靴。



← 揚げ物室に入るときは、専用の靴に履きかえま

す。



和え物室や調理室など、清潔な作業をする時は白い靴。

今日の主役は『靴』でした。

3月21日 火曜日



今日の給食は、鮭わかめご飯、かきたま汁、煮込みハンバーグ、海藻サラダ、お祝いケーキ(小学校のみ)です。

この献立は、小学校6年生のリクエスト給食です。

今年は、北伊予小学校、岡田小学校、松前小学校の6年生全員が家庭科の授業で立てた献立の中から、クラス代表、学校代表、松前町代表と勝ち進んできたのは、松前小学校6年4組の献立です。

松前町や愛媛県でとれた食材をたくさん使って、みんなが大好きな献立を考えてくれました。



煮込みハンバーグは、一釜で1,000個近くのハンバーグを調理します。

たまねぎ、マッシュルーム、ケチャップ、ウスターソース、トンカツソースでじっくりと煮込みます。

中心部までしっかり火が通っているかどうか、温度計で確認します。



形が崩れないように、慎重に釜から取り出します。

加熱した後の食品を扱うときは、器具（網杓子やトング）を使い衛生的に作業します。

3月22日 水曜日



今日の給食は、コッペパン、ビーフン炒め、ナッツいりこ、フルーツあえです。



フルーツあえに使うみかんパックは、前日に水洗い消毒して、パススルー冷蔵庫で保管します。

※パススルー冷蔵庫は、下処理室（野菜等を洗う部屋）と調理室の間にあり、食材だけを移動

します。これは、調理室内に汚れや菌を持ち込まないためです。

和え物室でボウルに移し替え、異物の確認をします。



みかんが入っていたビニール袋は、切り口を確認して、異物混入にならないように努めます。

バナナは、水洗いして皮を剥きます。皮を剥いたバナナに、手が触れないように注意します。



切ったバナナは、変色を防ぐためにシロップに浸けます。

加熱調理しない食品を扱うときは、『器具の使い分け』や『素手で触らない』など細心の注意を払います。

調理員さんたちの努力があって、安全な給食を子どもたちに届けることができます。

3月23日 木曜日



今日の給食は、白ご飯、マーボー豆腐、中華サラダ、小女子ちりめんです。

今日は、3月16日と同じ献立です。16日は、中学校の卒業式、今日、23日は、小学校の卒業式なので、同じ献立にしました。

今日で、今年度の給食も最後です。

4月の給食は、中学校は11日から、小学校は12日から始まります。

来年度も、給食センターの職員が一丸となって、安心安全な給食作りに努めます。

よろしくお願いします。