

給食News

平成29年度5月1週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



5月2日（火）の献立

ごはん お茶ふりかけ

牛乳

照り焼き肉団子

切干大根の煮物

豆腐とわかめの味噌汁

こどもの日メロンゼリー



2日は八十八夜
です。



2日(火)の給食は、「こどもの日&八十八夜献立」です。

5月に入り新緑がさわやかな季節になりましたね。今日は、その新緑をイメージしたデザートとして、メロンゼリーがでます。メロンのさわやかな風味を味わってみてください。

今年の5月2日は「^{はちじゅうはちや}八十八夜」なので、“お茶ふりかけ”にしました。

「八十八夜」は、立春から数えて八十八日目にあたり、だいたい5月の今頃になります。この時期は春から夏に季節が移る節目の日で、新茶が収穫されます。八十八夜に摘み取られるお茶は、昔から縁起の良い物として大切にされているとともに、新茶のうまみもつまっています。

今日のふりかけはお茶の葉が入っているので、食べると口の中にふわっとお茶の香りがします。季節の味わいを感じてください。

中学校

5月8日（月）の^{こんだて}献立

ごはん 牛乳

ハムカツ【ソース】

キャベツとわかめのサラダ【塩ドレッシング】

八千代町産かぶの味噌汁



8日（月）の給食は、「地産地消：八千代の日献立」です。

今日の給食は、八千代町で栽培された「かぶ」・町内で製造している「味噌」を使った“かぶの味噌汁”です。

かぶは、全国各地で品種改良されてきたので、各地にいろいろな種類のかぶがあります。東日本で栽培されている「小かぶ」はきめ細かく果肉が真っ白で甘みがある種類です。

八千代町で栽培されているかぶも、白くてみずみずしく甘みのあるかぶです。地元で収穫される新鮮なかぶが給食センターに届けられています。

かぶと言えば漬物にすることも多いですが、味にくせがないので味噌汁やスープにしてもおいしく食べられます。

これからも、給食で八千代町のかぶを使っていきますので、楽しみにしててください。

5月18日（木）の献立

ホットドック

（コッペパン フランクフルト）【ケチャップ】

牛乳

キャベツときゅうりのサラダ

【サウザンアイランドドレッシング】

チャウダー

オレンジ



18日（木）の給食は、「世界の料理：アメリカメニュー」です。

ホットドックは、アメリカを代表するファストフードのひとつです。

パンにはさむだけで簡単に調理できることから、手軽に食べられる料理として人気があります。給食では、切れ目が入ったコッペパンにフランクフルトをはさんで、ケチャップをかけて食べてみてください。

オレンジは、アメリカのカリフォルニアやフロリダなどの産地で栽培されています。そのまま食べるだけでなく、ジュースに加工されることも多いです。今日はカットしたオレンジがでますので、上手に食べてみてください。さわやかな甘みが楽しめます。

また、「チャウダー」もアメリカの料理です。今日の給食を食べて、アメリカの気分を味わってみてくださいね。

5月23日(火)の献立

ごはん のりごまふりかけ

牛乳

根菜入りいわしフライ

豚キムチ炒め

新じゃがの味噌汁

ヨーグルトレーズン



23日(火)の給食は、「よくかんで食べよう!カミカミ献立」です。

今日は、みなさんによくかんで食べてもらえるように、料理に工夫をしています。たとえば、フライの中にごぼう・れんこんなどの野菜を入れて食感を良くすることで、かむ回数を増やすようになっています。

ごぼうのように土の中で育つ野菜は「根菜」と呼ばれ、食物繊維が多く含まれるので、他の食材に比べてかみごたえがあります。根菜のように歯ごたえがあり、すぐに飲み込めない食材を取り入れることで、かむ回数が増えます。

また、レーズンのように乾燥させた食品も、水分が抜けているので生の時よりもかむ回数を増やすことができます。給食では、軟らかいものばかりでなく、かみごたえのある食材も組み合わせていますので、みなさんもよくかむことを意識して食べてみてください。