

# そうせランチタイムス

令和元年11月号  
匝瑳市学校給食センター



11月23日は勤労感謝の日です。『いただきます』のあいさつには、食べ物として動物や植物の命をいただいているという感謝の気持ちが、『ごちそうさま』には食事を作るために関わった人々への感謝の気持ちがこめられています。今回は、勤労感謝の日をテーマに、給食センターで調理をしている様子を紹介します！

## 探検！発見！給食センター



ビビンバの具を調査

### ①野菜の下準備

まず、野菜を洗うことからスタート！四人が一列になって洗っているよ(右写真)。洗った野菜はとなりに渡して、また洗っているから合計四回も洗っているんだね！



洗った野菜はスライサーで切って、下準備は完了！  
いよいよ調理が本格化するよ。

### ②回転釜で調理



給食センターでは、回転釜で調理をしているよ！。家庭でたとえばと鍋やフライパンだね。火を使ってないけど、どうやって温めたりするのかな？

釜の間に熱い蒸気(湯気)を入れて、温めています。蒸気釜といって、電気を使って温める釜よりムラがなく調理できます。

### ③スパテラを使って調理



食材は、スパテラという道具を使って混ぜていくんだ。す、すごい!!!  
すばやく、ていねいに混ぜながら炒めているよ。



汁や煮物も、スパテラを使って調理しています。



きれいに仕上がり、調理員さんは上機嫌でした！  
(蒸気釜だけに...) 😊

### ④食缶に入れる(配缶)



ハンドルを回すと釜の角度が変わって、料理を配缶しやすくなるんだ。釜全体が回転するなんてビックリ！！



### ⑤給食が完成



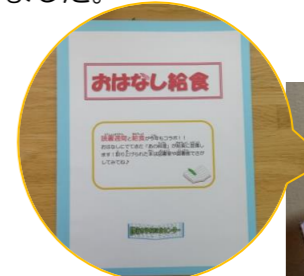
料理が全部そろったよ！今回のビビンバの具は、カレー風味が効いてておいしそうだね！『男子弁当部』という本に載っていた料理なんだって！そっか！！今日は「おはなし給食」の日だね。

## おはなし給食



登場した本は、献立表の一口メモや学校の掲示物で紹介しています。読んでくれたかな？

10月27日～11月9日の“読書週間”にあわせて『おはなし給食』と題して、本の中にでてきた料理が給食に登場しました。



おすすめの本があったら栄養士に教えてね♥

図書室や図書館でさがしてみよう！



### 栄養士の読書感想文

読書週間において、色々な本を読んでもみると、食べ物や料理が書かれている本が意外と多いものです。私が読んでいた本にも登場していて、小学校の頃には気が付かなかった発見がありました。ちょうど今読んでるのは『面白南極料理人』です。映画化もされ、見たことがある方もいるのではないのでしょうか。この本の中では、南極という制限された土地で、隊員からの無茶なリクエストに対応していく料理人の実話が面白く書かれています。私も、学校に行くと様々なリクエストを受けますが、小学2年生からの「やきとり」というリクエストに、どう答えていいのか悩んでいるところです。南極の氷も溶けてしまいそうな熱いリクエストを叶えてあげたいのですが…。

