

そうせランチタイムス

令和4年7月号
 匝瑳市学校給食センター



梅雨も明け、いよいよ夏本番です。もうすぐ待ちに待った夏休み、ダラダラと夜ふかしをしてしまったり、寝坊して朝ごはんを食べられなかったり、生活リズムが崩れやすくなります。学校があるときと同じように、早寝早起きを心がけて、朝・昼・夕の3回の食事をしっかりとることが大切です。



食育活動を再開しました!!



今年度、給食センター見学や給食訪問など食育活動を2年ぶりに再開しました。新型コロナへの対応を続けているので、以前とは異なる内容になりますが、センター職員も子ども達の様子を直接感じられる機会になりました。今月は、給食センター見学の様子を紹介します。

のさか幼稚園



じょうず♪

もりつけの練習をしたよ★

大きな釜がたくさん!

共興小学校



何を作っているのかな?

クイズにチャレンジ!

☆**神子さん(平和地区)**より**トマト**を納品していただきます。ハウスの中には、2200本の苗木が植えられていて、1本の苗木に約28~30個の実がなります。赤く色づくタイミングを見はからって収穫していきます。神子さんのトマトは、7月6日のスープに使用します。お楽しみに♪



私達で作っている「みぞら」という品種のトマトです。



第6回和食給食レシピコンテスト開催決定

今年も和食給食レシピコンテストを開催することが決定しました。受賞したレシピは、11月に“東総まんきつ給食”として銚子・旭・匝瑳の給食で提供されます。

👑 前回受賞献立



みなさんのレシピが給食になるチャンス！
 ご応募お待ちしております！

☆対象者 小学校5、6年生
 中学生

※詳しくは応募用紙をご覧ください。



こっそり教えます

レシピのヒント

和食レシピを募集しているので、洋食や中華料理などで応募してしまうと、とてもよいレシピだとしても東総まんきつ給食には採用されません。
 例)○○サラダ→○○和え のように和食のレシピをつくってみましょう!

おどる!? 1月開催決定
大匠膳



匝瑳のみなさんは**Wチャンス!!**

応募レシピの中から『おどる!?大匠膳(だいそうざぜん)』として給食に登場します。匝瑳市の食材を入れたレシピを応募してみよう!



日本一周! 「ぐるっとグルメ」7月は **沖縄県**



ま〜さん (おいしい)

●どんな県?

県庁所在地：那覇市
 九州・沖縄地方に位置し、多くの島々から構成されています。広大なビーチやサンゴ礁、美ら海水族館など、観光スポットを多く抱える県ですが、戦争の影響を多く受けた県で、大戦後27年間、米軍の統治下におかれていました。今年は本土復帰50周年という節目の年として注目されています。

★料理紹介

- ・鶏肉パイナップル照り焼き【幼・小】
- ・鶏肉のパイナップルソース【中】
- ・イナムドゥチ
- ・にんじんしりしり
 (7月14日実施予定)



○パイナップル：沖縄県は日本一のパイナップル産地。名護市には約100種類のパイナップルが育つ『ナゴパイナップルパーク』があるほど! 給食では肉の下味や、ソースに使用しました。
 ○イナムドゥチ：貝たくさんのみそ汁でお祝い料理のひとつです。語源は「イノシシもどき」。その名の通り豚肉を使用した汁物です。豚肉のほか、こんにゃく、かまぼこなどを白みそで仕上げます。
 ○にんじんしりしり：スライサーで細くおろしたにんじんと卵を炒めて調味料で味つけした料理です。