１１月　給食だより

令和８年 10 月 30 日
都立久我山青光学園
校長　田島　忍



秋も深まり、店頭にも新米が並ぶようになりました。11 月は農林水産省が「和食月間」と位置付けています。また、11 月 24 日は和食文化国民会議が定める「和食の日」です。給食では、ご飯を中心に、だしのうまみをいかした汁物や旬の食材を使った料理を提供しています。また、季節の行事食や郷土料理なども取り入れながら、子供たちが和食に触れる機会を大切にしています。

今月は、給食のお米とだしについて紹介します。

給食のお米とだし

現在使っているお米は、岩手県産のひとめぼれです。給食にお米を使うのは週に４回程度で、１日に 38 ㎏のお米を炊いています。



炊き立てのご飯を量り分けます。



給食のだしは毎朝給食室でとっています。料理によってだしの素材を使い分けており、例えばみそ汁の時はかつおの厚削り節、すまし汁の時は昆布とかつおの薄削り節を使っています。左の写真は、すまし汁のだしです。かつお節は、かつお節屋さんから取り寄せています。

＊＊給食の和風の汁物いろいろ＊＊



みそ汁（この日は油揚げ・ほうれん草など）



すまし汁（この日は豆腐・にんじん・大根など）



きのこ汁



かきたま汁

11 月の献立から

・12 日（木）ジャンボシューマイ
　給食室で１つ１つ包みます。お店ではなかなか買えないサイズの大きなシューマイです！

・24 日（火）和食の日
　すりおろしたにんじん・卵不使用マヨネーズ・みそを混ぜたものを鰆にのせて焼きます。赤く色づいたもみじのような見ためから、「鰆のもみじ焼き」と名付けました。ゆずを使った香り漬け、旬の里芋、だしをきかせた沢煮椀を組み合わせた、和食の良さを感じられる献立にしました。

・28日（土）秋野菜カレー
　さつまいも、かぼちゃ、なす、しめじを使ったカレーライスです。