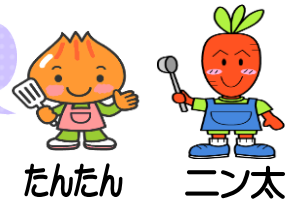




10月



令和3年度 岩見沢市教育委員会 学校給食課

給食だより

給食に関する質問等は、学校給食課までご連絡ください。(TEL 22-4008) e-mail: kyusyoku@i-hamanasu.jp



たんとん

WEEK

10月4日～10月8日

岩見沢市では、地場産物を多く使用した、10月4日～10月8日までをたんとんWEEKとしています。この1週間は、より多くの岩見沢産の食材を給食に取り入れています。学校給食を通して、この機会に、地場産物への理解を深めましょう。

★4日(月)

- ・岩見沢呉汁：大豆、玉ねぎ、長ねぎ、手造りみそ
- ・大根の炒め煮：人参

★Aコース5日(火)・Bコース6日(水)

- ・白菜のクリーム煮：白菜、玉ねぎ
- ・コーンソテー：人参

★Aコース6日(水)・Bコース5日(火)

- ・ワンタンスープ：ワンタン、玉ねぎ、長ねぎ
- ・中華サラダ：人参

★Aコース7日(木)・Bコース8日(金)

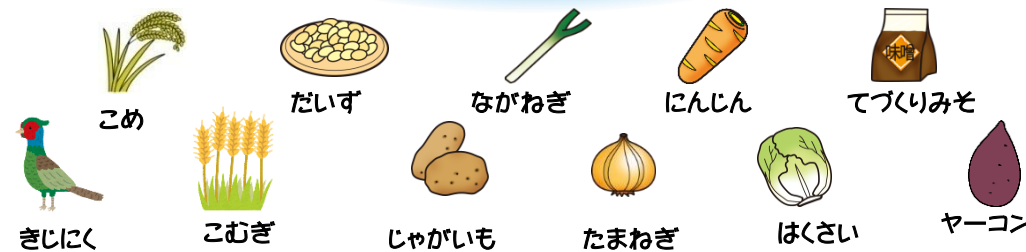
- ・沢煮うどん：人参、長ねぎ
- ・鮭のみそ焼き：手造りみそ
- ・きじ肉じゃが：きじ肉、玉ねぎ、じゃがいも

★Aコース8日(金)・Bコース7日(木)

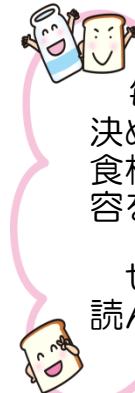
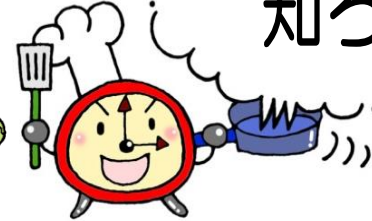
- ・京風うどん：長ねぎ



10月の給食に登場する 岩見沢の地場産物



今月のもくひょう 地場産物を 知ろう



毎月、給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。

ぜひお子様と一緒に読んで下さい。

給食費は期日までの納入をおねがいします。

給食費は、食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の建設費などは全て市の負担です。

毎月の注目食材や特別献立、行事食などについてお知らせします。「献立表」とあわせてご覧ください。

今月の注目メニュー



今月は9月の給食のメニューから紹介するよ！

ニン太の レッツ COOKING♪ キーマカレー

- 材料(4人分)**
- ・豚ひき肉 ... 100g
 - ・カルダモン ... 少々
 - ・クミン ... 少々
 - ・ターメリック ... 少々
 - ・塩 ... 少々
 - ・ひきわり大豆 ... 60g
 - ・玉ねぎ ... 100g
 - ・人参 ... 20g
 - ・しょうが ... 少々
 - ・にんにく ... 少々
 - ・トマトケチャップ ... 大さじ1
 - ・トマトピューレ ... 少々
 - ・カレー粉 ... 小さじ2
 - ・コンソメ ... 少々
 - ・しょうゆ ... 少々
 - ・中濃ソース ... 少々
 - ・赤ワイン ... 少々
 - ・キタノカオリ ... 小さじ2
 - ・お好みのカレールウ ... 1/2箱

～つくり方～

- ① 豚ひき肉にカルダモン、クミン、ターメリック、塩で下味をつける。
- ② 玉ねぎ、人参をみじん切りにする。
- ③ 油をひき、しょうが、にんにく、ひき肉を炒める。
- ④ 玉ねぎ、人参を入れ、炒める。
- ⑤ 火が9割ほど通ったら、調味料Aを入れ混ぜ合わせる。
- ⑥ カレールウを割り入れて溶かし、煮立ったらできあがり♪

給食ではいわみざわキタノカオリカレーパンにちなんで、コッペパンにキーマカレーをはさんでカレーパンにして食べられるように提供しました☆

★目の愛護デーこんだて

Aコース8日(金)・Bコース7日(木)

10月10日は目の愛護デーです。10、10を横にすると人の目と眉に見えるからだそうです。疲れ目を予防、改善してくれるアントシアニンを多く含んだブルーベリーゼリーがつきます。

★さつまいもの日こんだて

Aコース12日(火)・Bコース13日(水)

10月13日はさつまいもの日です。焼きいもコロケが登場しますよ！さつまいもには、食物繊維がたっぷり含まれています。

★ハロウィンこんだて

Aコース29日(金)・Bコース28日(木)

ハロウィンとはヨーロッパ発祥の秋の収穫を祝い、悪霊を追い出す行事のことをいいます。給食では、かぼちゃ型のハンバーグとパンプキンババロアが登場しますよ！

ヤーコンの季節が やってきました！

今年も岩見沢市で収穫されているヤーコンが給食で登場しますよ！旬の野菜の味を楽しんでくださいね♪



岩見沢小学校の1年生の様子

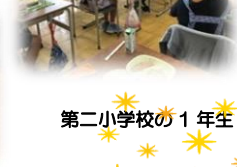
9月の食に関する指導

- ・2日 志文小 4年生
- ・2日、17日 第一小 3年生
- ・13.14.22.23.24日 第一小 6年生

第二小学校の3年生



第二小学校の1年生



9月に登場した「カレーパン」を食べている様子を、取材していただきました。

