

10月給食ニュース

9月前半は、まだまだ暑さが残っていたものの、後半には秋の気配も近づいてきました。

給食は、季節の食材を取り入れながら、調理員と栄養士が協力して作っています。給食センターでの、給食づくりの様子を紹介します。

14日 れんこんチップス

今年度最初のれんこんチップスです。れんこんが収穫される時期になり、今後も登場する回数が増える予定です。子どもたちが大好きな料理だからこそ、おいしく作ることができるよう、ポイントをおさえて作ります。おいしく作るためのコツは、れんこんの厚さを2~3mmでそろえて、170~180℃の油で揚げることです。れんこんの周りの泡が少なくなってきたら、引きあげます。



18日 しいらの秋野菜あんかけ

しいらは、7月~10月頃によく獲れると言われている魚です。給食では、下味をつけたしいらに、かたくり粉をまぶして揚げたあと、別の釜で作った野菜あんかけをかけて作りました。あんかけには、秋からが旬の食材であるれんこんやきのこが入っています。



お彼岸



秋のお彼岸は、秋分の日前後3日間の期間で、今年は22日が秋分の日のため、25日までが秋のお彼岸の日になります。日本では古くから、この時期には、ご先祖様を敬い、おはぎをお供えます。秋のお彼岸は、秋に咲く「はぎの花」から「おはぎ」を食べる習慣があります。給食では、あんこが苦手な子どもたちが食べやすいよう、周りにはきなこ、中に入っているおはぎを出しました。家庭でも、ぜひ行事食や昔から伝わる伝統食の話をしてみてください。