

11月給食だより

令和2年10月30日

西東京市立柳沢中学校

日ごとに秋も深まってきました。

11月23日は勤労感謝の日です。この日は「勤労を尊び、生産を祝い、国民互いに感謝しあう」ことを目的として制定された祝日です。私たちの生活は、多くの人の働きがあって成り立っていることを忘れずに、感謝の気持ちをもって過ごしましょう。



感謝の気持ちを伝える食事のあいさつ

食事の前の「いただきます」は、食材となった自然の恵み、生き物の命をいただくことへの感謝を表す言葉です。食へ終わった後の「ごちそうさまでした」は、この食事を作るために関わった人たちへの感謝の気持ちが含まれています。単なるあいさつとしてではなく、意味を考え、心をこめて言えるといいですね。

【調理室の紹介】

調理室は細菌検査を受けている人しか入ることができません。調理は身支度を整え、正しく手を洗うことから始まります。白衣の上に着用するエプロンは、作業区分ごとに取り替えます。作業台の上は常に整頓されていて清潔です。



加熱食品に温度計の針を刺して中心温度を測っているところ。加熱する食品については、必ず中心部の温度確認をします。給食の安全を守る衛生管理です。



地場産・田倉農園さんのさといも。畑で収穫されたばかりの、新鮮な野菜です。検品後、丁寧に洗浄してから切菜しています。



削り節、ガラなどでとった出汁やスープを使い、薄味でもおいしい給食作りをしています。写真は、アク取りをしている様子です。

できる限り作りたての状態での状態で柳沢中学校に給食を届けられるように、調理工程を工夫しています。

毎日、給食時間前に届く給食コンテナ。その中には調理員さん達が、心をこめて、ていねいに作ったあたたかい給食が入っています。



みなさんに残さず食べてもらえることを願っています！
調理スタッフ一同より

【西東京市内共通献立】～キャベツのカレーポトフ～

西東京市栄養士連絡会では、保育園・小学校の栄養士と市役所健康課の栄養士が協力して「栄養バランスのとれた食事の普及」及び「十分な野菜の摂取」に関する取り組みを行っており、野菜に対する認識を深める「野菜たっぷりカレンダー」の作成などを毎年行っています。

昨年に引き続き、今年も、野菜を食べることを子供たちにさらに意識してもらうため、11月に市内の保育園や小学校・中学校で旬の野菜をたっぷり使った共通献立を実施することになりました。献立名は【キャベツのカレーポトフ】です。この献立に使うキャベツは、西東京市でも栽培されている身近な野菜です。本校では、11月6日（金）に地場産のキャベツをたっぷり使ったカレーポトフが登場しますのでお楽しみに！

野菜をたくさん食べてね♪



農産物キャラクター「めぐみちゃん」

【10月に使用した主な食材の産地】

北海道：いんげん豆・さんま・玉ねぎ・長ねぎ・じゃがいも・大根・にんじん・はちみつ

青森：いか・とりにく・かぶ・にんにく・長ねぎ
岩手：米（ひとめぼれ）・鶏肉

長野：りんご（とき）・キャベツ
えのき茸・しめじ・白菜・小松菜・セロリ

香川：ちりめんじゃこ
愛媛：みかん

兵庫：ちりめんじゃこ
岡山：青のり
鳥取：いわし

佐賀：米（ゆめしずく）
長崎：ハガツオ
熊本：米（ヒノヒカリ）
九州産：干し椎茸

