

11月給食だより



高城学校給食センター

実りの秋 食べ物を大切にいたしましょう

校庭の木々が色づき、日に日に秋が深まってきたことを感じます。昔から日本人にとって重要な穀物であるお米をはじめ、大豆やそば、里いもなど、さまざまな作物が収穫時期を迎えています。各地で収穫を祝うお祭りが開催され、11月23日には「新嘗祭」という伝統的な宮中行事が行われます。この日は「勤労感謝の日」として国民の祝日になっていますが、食べることは、たくさんの人の勤労に支えられていることを忘れずに、日々の食事を大切にいたしましょう。



11月13日、20日は、『ふるさと給食』です!!

今年も、ふるさと納税を活用した給食、『ふるさと給食』を実施します。

今回は、都城産鶏肉を使った、「幸せ上々(あげあげ)鶏のからあげ」です。

から揚げは、子どもたちが好きなメニューのひとつです。

ごろっと大きく、ジューシーな都城産鶏のからあげをおいしく食べてくださいね。

※調理作業の関係で、学校を2つに分けて提供します。献立表のご確認をお願いいたします。



～ 11月の給食について～



○ ふるさと給食・・・13日(木) 高城校区、20日(木) 志和池校区

13日・・・ごはん、牛乳、幸せ上々(あげあげ)鶏のからあげ、きゅうりのゆかり和え、団子汁

20日・・・ごはん、牛乳、幸せ上々(あげあげ)鶏のからあげ、きゅうりのおかか和え、大根のみそ汁

○ ひむか地産地消の日: 17日(月) 献立: ごはん、牛乳、マーボー厚揚げ、海そうサラダ

県内産・都城産食材→米、牛乳、豚ひき肉、ピーマン、赤ピーマン、にら、きゅうり

○ ベジ活の日: 10日(月) 献立: ごはん、牛乳、みそ煮、春雨の酢の物

○ リクエスト献立

5日(水) 丸野小: コーンご飯、牛乳、さけフライ、ハムサラダ、キムチ汁、フローズン黄桃



スイートポテトサラダ(2人分)



(材料)

さつまいも 80g

きゅうり 45g

にんじん 15g

ハム 15g

マヨネーズ 17g

塩・こしょう 少々



(作り方)

- ① さつまいもは皮をむいて、さいのめに切り水につける。
- ② ①を水からゆで柔らかくなったら、ボールなどにとりだし、温かいうちにつぶす。
- ③ きゅうりは、輪切り。にんじんは、千切りにし、塩もみをして水気をしぼる。ハムは食べやすい大きさに切る。
- ④ つぶしたさつまいも、きゅうり、にんじん、ハムと調味料を混ぜ合わせたら出来上がり。