

かていすうはいふ
家庭数配付

がつ きゅうしょく

10月給食たより

のほりとしょうがっこう
登戸小学校

れいわ ねん がつ にち はっこう
令和6年 10月23日 発行



きゅうしょくしつ

給食室のひとこま

10月3日に自校献立を実施しました。先日お知らせした「とり肉の梨ソース」は、児童や教職員から「梨ソースが甘くておいしかった。」「肉の食感が柔らかい。」「はじめて食べた。」など多くの感想を頂き、とても好評でした。給食室では、毎日朝から梨や野菜の下処理をし、皆のもとにおいしい給食を届けています。今回は、そんな給食室の様子と、「とり肉の梨ソース」、「芋煮汁」の作り方を紹介します。



【とり肉の梨ソースの作り方】

【芋煮汁の作り方】

●とり肉の梨ソース(1人分)	作り方
油	6
とり肉(皮つき)	35
とり肉(皮なし)	35
酒	1.5
塩	0.1
片栗粉	12
水	8
砂糖	4
しょうゆ	4
みりん	1
たまねぎ	8
しょうが	0.1
にんにく	0.1
梨	9
白いりごま	0.3
片栗粉	0.3
水	0.3

①下味をつけたとり肉に片栗粉をまぶし、175°Cの油で5分揚げます。
②砂糖、しょうゆ、みりんを沸騰直前まで中火、沸騰間際から弱火で10分程度加熱し、たれを作っておく。
③弱火でたまねぎ、にんにく、しょうがを炒める。
④湯、②を加え、最後に梨とごまを加えて煮る。
⑤揚げたとり肉に④の梨ソースを上からかけて和える。

●芋煮汁(1人分)	作り方
水	120
けずり節かつお	3
豚肉(もも)	7.5
豚肉(肩)	7.5
ごぼう	5
にんじん	11
大根	23
里芋	23
しめじ	11
みりん	1.5
塩	0.2
しょうゆ	4
豆腐	20
片栗粉	0.5
水	0.5
長ねぎ	12

①ごぼうを下茹でしておく。
②湯を沸かして豚肉をよくほぐす。
③根菜・しめじを順に入れる。
④野菜に火が通ったら豆腐・調味料を加える。
※しょうゆは最後に入れる香りづけの分を少し取っておく。
⑤水溶き片栗粉でとろみをつけ、長ねぎを散らす。
⑥香りづけにしょうゆを入れる。



とり肉の梨ソースは、これからの季節がおいしいりんごでもできます。
また、秋の野菜が沢山使われている芋煮汁もご家庭でぜひ作ってみてください。



10月24日に緑化かわさきフェアをイメージした イラスト入りの焼きのりを提供します。



第41回 全国都市緑化かわさきフェア
みどりで、つなげる。みんなが、つながる。
開催日程 令和6年10月19日(木)～11月17日
令和7年 3月22日～ 4月13日

みなさんに「緑化かわさきフェア」について知ってもらうため、10月24日(木) 献立の「焼きのり」の袋にロゴマークと「緑化かわさきフェア」をイメージしたイラストを印刷しました。
イラストは、中野島中学校 2年 塵濱 里帆さんの作品です。

緑化かわさきフェア

暮らしにみどりが溶け込み、みどりをとおして、人と人、人と暮らしが緩やかにつながる心豊かなまちを目指します。



【焼きのりの袋イラスト】
中野島中学校 2年 塵濱 里帆さん
アピールポイント



中心に「緑」を表す「Green」の文字を入れて、動物、植物など自然に関わるものを周りに描きました。また、人間同士が助け合って緑をつくる優しい世界になってほしいという思いから、手をつないでいるところやハートマークを描きました。

【11月24日の献立】

ごはん、焼きのり、牛乳、南蛮煮、吸い物

10月に、「全国都市緑化かわさきフェア」が開催されます。「みどりで、つなげる。みんなが、つながる。」をキャッチフレーズに、市民一人ひとりがみどりの大切さを知り、みどりを守り、みどりを楽しむことができる知識を深め、みどりがもたらす快適で豊かな暮らしがあるまちづくりを進めるため、毎年、全国各地で開催されている「花と緑の祭典」です。市制100周年の歴史的な節目として「あたらしい川崎」を生み出していく新たなスタートラインとする記念事業です。令和6年10月19日～11月17日と、令和7年3月22日～4月13日に開催します。

このような取組が川崎市で行われることをみなさんに知ってもらうため、小学校・中学校・特別支援学校の給食の「焼きのり」の袋にロゴマークと、「緑化かわさきフェア」をイメージしたイラストを印刷しました。イラストは、中野島中学校 2年 塵濱 里帆(ちりはま りほ)さんの作品です。楽しみにしててください。



11月24日は一般社団法人和食文化国民会議が定める「和食の日」です。川崎市の学校給食では昨年度から11月の行事食が「和食の日」になり、今年度、本校では21日(木)に実施予定です。

【11月21日の献立】ごはん、牛乳、さけの塩焼き、五目きんぴら、豆腐と大根のとろみ汁

※下線付きの料理にだしを使用しています。

11月21日の行事食では、「だしで味わう和食の日」をテーマに日本の伝統的な和食文化を伝える取り組みを行います。和食の日だけでなく、毎日の給食でも、ごはんを主食とした和食の献立や行事食、郷土料理を取り入れるなど、子どもたちに伝統的な食文化を伝えていきます。

