

食育だより

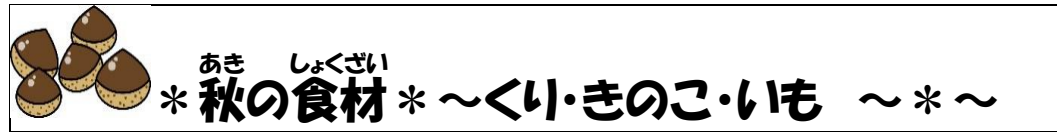
令和5年10月

吉見町学校
給食センター

実りの秋、スポーツの秋、そして食欲の秋です！10月になると、さわやかな過ごしやすい

日が多くなり適度な運動と十分な栄養、心地よい睡眠をとりやすくなりますね。

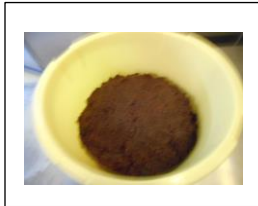
また、秋は、おいしい食べ物がたくさんあります。秋の食材に注目してみましょう！



あき しょくざい
* 秋の食材 * ~くり・きのこ・いも ~*~

- くり** 13日(金) マロンクリームワッフル・27日(金) 栗コロッケ
- きのこ類** 27日(金) なめこのみそ汁・31日(火) きのことカブのシチュー
- さといも** 2日(月) 里芋のコロッケ・12日(木) けんちんうどん汁

吉見町産「みそ」について



※吉見町学校給食センターでは、年間を通して吉見町産の「大豆」「米」が原料

の「みそ」を使っています。「みそ」は発酵食品です。夏を越した9月以降は、み

その色が濃くなります。これは、発酵がすすむからです。色が濃いと塩分が濃く感

じられますが塩分量は変わりません。10月は、みそ汁やつみれ汁などの汁ものや

マーボー豆腐に使う予定です。

吉見町学校給食センターの機械が新しくなりました*

●スチームコンベクションオーブン(焼き物・蒸し物)



●連続式フライヤー(揚げ物)



●真空冷却器(ゆでた野菜を急速に冷やします)



●ミキサー(みそやルウを溶きます)



●食缶洗浄機・食器洗浄機



※上記の機械は入れ替えた一部です。この他に保管庫や作業台、シンク、作業台車などたくさんあります。今までの機械と同様に大切に扱い、事故の無いように作業していきます。