

# 9月の給食室

雨が多かったせいか、あまり残暑を感じずに過ごせた1ヶ月でした。旬を迎えた食材をふんだんに使った献立で、南小に秋の風を吹き込みました。

## さんま献立 3回登場!!

秋の魚と言えば、やっぱりさんま!! 9月は3回にわたってさんま献立を提供しました♪

1回目は、シンプルに“塩焼き”!! 2回目はすり身を使った“つみれ汁”、3回目は揚げたさんまをごはんに混ぜた“秋色さんまごはん”♪

子供たちの中には、骨のあるお魚が苦手という子も少なくなく、いつもに比べて残菜が多いクラスもあります。旬の味を伝えることも給食の大事な役割です。

骨のある魚でも、食べ方がわからない子に食べ方を教えたり、きれいに食べている子をほめてあげたりすることで興味を持ち、一生懸命食べようとしてくれます。子供たちは挑戦することが大好き。学校で教わったことを家庭でも復習することで、少しずつ身につけていきます。

普段忙しく生活している中では、なかなか難しいかと思いますが、時間がある時など是非お子さんと一緒に、骨のあるお魚にチャレンジして食べてみていただけると嬉しいです。

## さんま献立

《玄米ごはん・ひじきふりかけ・さんまの塩焼き・大根おろし煮・豚汁・牛乳》



《秋の香りごはん・さんまのつみれ汁・くだもの（ぶどう）・牛乳》



【秋色さんまごはん・具たくさんのみそ汁・だし汁（試飲用）・牛乳】



## ・お月見献立

9月21日（火）は、十五夜にちなんで『お月見献立』を作りました♪

お月見団子はひとつひとつ丸めて作るのですが、以前出したときに少し粉っぽく仕上がってしまったので、今回はその反省を活かし、粉を一度フードプロセッサーにかけて、粒を細かくしてから練り込みました。そのかいあってやわらかく、もちもちのお団子に仕上がりました。

手作りのみたらし餡をたっぷりかけて、配缶します♪

教室に行くと、おかわりをかけて必死にジャンケンしていたり、お皿に少し残ったみたらし餡をきれいにとろうとスプーンで一生懸命すくっていたり、微笑ましい様子が見られました。

「遠藤せんせ〜い！今度きな粉とか小豆も出してほしい！」「ぼくはずんだ餅がいい！」

「2種類作ればいいんじゃない!？」 な〜んて言っている子も！

子供たちが喜んで食べている顔を見ると、次はどんなメニューを出そうかな？とやる気が沸いてきます。いつか2種類のお団子が登場する日があるかもしれませんね♪

### 当日の献立

【お月見うどん・手作りみたらし団子・青菜のごま炒め・十五夜ゼリー・牛乳】



## 給食室の様子

よくこねたお団子をひとつひとつ丸めていきます。1人3個以上になるように1900個のお団子を作ります。

調理員さん全員で一生懸命丸めていきます。  
量が多くてとっても大変！！

全部丸め終わりました！！  
1900個のお団子が完成です♪



大きさをそろえながら、  
丸めていきます。まん丸  
い形になるように。

まるめ終わったら、学年ごとにたっぷりのお湯でゆでていきます。  
お団子が浮いてきたら3分くらいですぐにゆで上がります。



お湯にプカプカお団子が浮い  
てきます。  
3分くらいゆでるとちょうど  
いい固さに仕上がります。

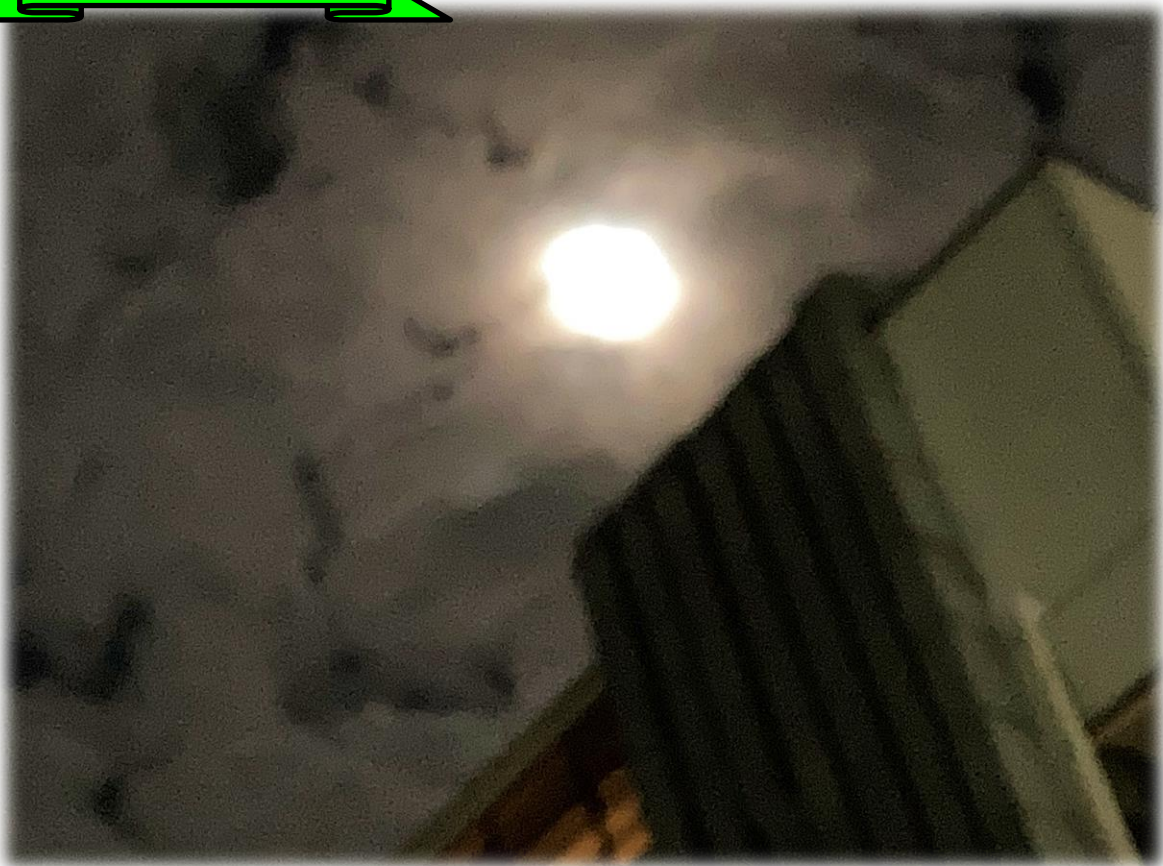
ゆで上がったお団子は、みたらし餡をひいたバットの中に入れて、餡をからめます。  
すぐにはからめないとお団子がくっついてしまうので、タイミングを合わせてテンポよく作業します。

お団子がくっつかないように、  
餡をからめていきます。



みたらし餡をひいたバットの中  
にゆで上がったお団子を入れて  
いきます。

その日の夜



昼間は雲が多くお天気が心配でしたが、夜になって雲があげ、十五夜のまんまるお月様が見られました。1年でいちばんきれいなお月様、見られるといいことが起こる気がしますね！