



木津川市立学校給食センター 献立しょうかい

令和4年度 11月



11月は各中学校3年生からのリクエスト給食を実施しました。行事食は「和食の日献立」と「いい歯の日献立」、「食育の日献立」では、宮崎県の郷土料理を提供しました。

中学3年生 リクエスト給食

木津中リクエスト

- A献立 1日(火)
- B献立 2日(水)
- ごはん
- 肉じゃが
- きゅうりとわかめの酢の物
- 牛乳



アンケートをもとに、人気の高い給食を組み合わせ、リクエスト給食を提供しました。子どもたちからは、「みんなで食べることの楽しみ」や「給食が学校生活の楽しみの一つになっている」などの感想が寄せられました。

木津第二中リクエスト

- A・B献立 9日(水)
- ごはん
- 鶏肉の七味焼き
- 茎わかめの炒め煮
- 豚汁
- 牛乳



泉川中リクエスト

- A・B献立 4日(金)
- ごはん
- ピビンパ
- 水ぎょうざのスープ
- 牛乳



木津南中リクエスト

- A献立 7日(月)
- B献立 8日(火)
- ごはん
- じゃが豚キムチ
- もやしのナムル
- 牛乳



山城中リクエスト

- A献立 11日(金)
- B献立 10日(木)
- キムチチャーハン
- 鶏の唐揚げ
- 春雨スープ
- 牛乳



食育の日献立 ～宮崎県～

- A献立 15日(火)
- B献立 14日(月)
- ごはん
- チキン南蛮
- タルタルソース
- ざぶ汁
- 牛乳



和食の日献立

- A・B献立 16日(水)
- 麦ごはん
- 鮭の塩焼き
- 五目煮豆
- みぞれのおすまし
- 牛乳



いい歯の日献立

- A献立 8日(火)
- B献立 7日(月)
- ごはん
- くじらのオーロラソース
- 切干大根のみそ汁
- ミニフィッシュ
- 牛乳



チキン南蛮は、宮崎県の郷土料理で、本来、小麦粉と卵を使った衣で揚げますが、給食では片栗粉を使っています。ざぶ汁は、主に根菜などの色々な食材を、ざぶざぶと煮ることからこの名前がついたといわれています。いりこは昆布でだしを取った具たくさん汁物です。

11月24日は、(1)い(1)い(2)に(4)ほんしょくの語呂合わせから「和食の日」とされています。和食は四季折々の様々な食材を使い、だしのうまみを生かしたメニューが特徴です。給食では、昆布と削り節の合わせだしを使ったおすましや鮭の塩焼き、五目煮豆などをいただきました。

11月8日は、いい歯の日です。給食では噛み応えのあるくじら肉と、歯やあごの骨を作るもとになるカルシウムが多い切干大根、ミニフィッシュ(カタクチイワシを味付けしたもの)を提供しました。