

食育だより

令和8年度
9月号

令和8年9月1日
台東区立台東育英小学校
校長 養士

秋の行事食に親しもう!



みなさんは9月9日の「重陽の節句」を知っていますか？ 桃の節句(3月3日)、端午の節句(5月5日)と同じ五節句の1つですが、あまりなじみがないかもしれません。「菊の節句」、「栗の節句」ともいわれ、この日の給食では、食用菊を使った「菊花和え」、秋の収穫を祝う「栗ご飯」、「なすのみそ汁」などが登場します。

2学期の給食開始に向けて、準備万端!

いよいよ2学期の給食が始まります。1年で一番長い2学期は、給食の回数も一番多い学期です。調理場では夏休み中に2学期の給食を始めるための準備を行いました。



普段はなかなかできない、高い場所の掃除をしました。



夏休みの間、保管していた食器を2学期が始まる直前にもう一度、丁寧に手洗いをしました。目に見えない汚れを取り除くため、洗剤の濃度や流すお湯の温度にもこだわります。



リフレッシュされた給食室で2学期も安全でおいしい給食を作っていきます。



梨がおいしい季節です



2日の給食は、連携都市である茨城県筑西市産の梨が登場します。筑西市は、日本で最も古い梨の生産地のひとつで、作付け面積も全国トップクラスです。秋は、たっぷりの果汁としっかりとした甘さが特徴の「豊水」、独特のやわらかさと甘みが特徴の「新高」、そんな豊水と新高、さらに幸水の3種類の梨を掛け合わせた「あきづき」などが取れますが、その中からその時期の美味しい梨を送ってくださいます。農家の方が丹精込めて作った梨を美味しくいただきます。

作ってみよう! 給食レシピ

9月の献立から

ドライカレードッグ

【材料 (4人分)】

コッペパン 4つ

小麦粉 大さじ1

カレー粉 小さじ1/2

油 少々

しょうが 少々

セロリ 少々

鶏ひき肉 160g

玉葱 80g (中玉1/3)

人参 20g (厚さ2cmの輪切り)

【調味料】

塩 少々

こしょう 少々

トマトケチャップ 大さじ1/2

ウスターソース 小さじ2/3

ピザ用チーズ 大さじ3

【作り方】

- ① コッペパンは縦に切り目を入れる。
- ② 小麦粉をから炒りし、カレー粉もいれてさらに炒る。
- ③ 油で、しょうが、セロリを香りよく炒めた後、ひき肉、玉葱を入れてよく炒める。
- ④ ③に②と調味料を加えて煮込む。
- ⑤ パンに④をはさむ。
- ⑥ チーズをのせて、オーブンで焼く。(180℃～200℃で3～5分くらい)

給食の人気メニューです