

龍食だより 令和3年10月龍ヶ岳共同調理場

9月の給食より

食材レスキューに毎月取り組んでいきます。

6月に業者様より依頼を受けて、初めて取り組んだ「食材レスキュー」。日本では年間約600万トンの食品ロスが発生しており、重大な食料問題となっています。これを少しでも削減するために龍ヶ岳小中学校の学校給食でも、今後も継続して取り組んでいきたいと思えます。

まだ食べられるのに捨てられてしまう危機にある、賞味期限の迫った食材を月に数回献立に取り入れていく予定です。9月の食材レスキュー給食をご紹介します。



賞味期限は来年の1月で、あと4ヶ月ほどありますが、秋冬になるとあまり売れなくなるとのことで、暑いうちに冷たいデザートとして取り入れました。



「開きさんまの粉つき」という商品で、11月が賞味期限でした。油で揚げ、ヤマア醤油さんの肉・魚・野菜いろいろなものに合う「うま酢」をかけました。

あなたもできる食品ロス削減

右の絵は消費者庁から出されたパンフレットです。左から順に、①調理されず捨ててしまった食材ロス⇒②食べ残し⇒③食品ロスはお金を捨てているのと同じ、ということを示しています。みなさんにも食品ロス削減に向けて自分にできることを考えてみましょう。

小学2年生は、給食のごはんが1～2人分ほど余って、もう誰もおかわりをしない時は、「ひとくち協力隊」として20人くらいで分けて完食しています。

食品ロスを減らしましょう



作ってみよう！給食で味の旅（かんたんレシピ）

✪✪パン・ダ・マンド（フランス）

パン・ダ・マンドはフランス風のパンです。ダ・マンドとはアーモンドの意味で、お店に売ってある物はクロワッサンの上にアーモンドクリームを塗って焼いてある「クロワッサン・ダ・マンド」がメジャーです。給食ではコッペパンに、手作りのアーモンドクッキー生地を塗って焼きました。3時間目から校舎中に甘いいい香りが漂って、みんなの期待がふくらんでいたようです！



（材料5個分）無塩バター（マーガリンでもOK）20g、卵 20g、粉アーモンド 20g、薄力粉 10g、砂糖 20g、あれば飾りにスライスアーモンド、ロールパン

- ① バターをやわらかく溶かし、砂糖をすり混ぜる。溶き卵を加えてよく混ぜる。
- ② 粉アーモンドと、薄力粉を①に加え、さっくり混ぜる。
- ③ ②をパンの表面に塗り、スライスアーモンドをトッピングし、オーブンで180℃10分焼く。

✪✪ヤンニョムチキン（韓国）

ヤンニョムチキンは、甘辛だれを唐揚げにからめた韓国グルメです。あまり辛すぎにならないようコチジャンは控えめにしましたが、低学年の子どもたちの中には少しずつかじりながらチャレンジしているお友だちもいました。



（材料5人分）唐揚げは省略します。

ケチャップ20g、濃口しょうゆ小さじ2、みりん小さじ2、砂糖小さじ1、おろしにんにく少々、コチジャン少々、ごま5g

- ① 調味料を小鍋で混ぜて軽く煮立たせる。揚げたての唐揚げにからめてごまを振る。

✪✪海苔ごまごはん（日本）

初登場の海苔ごまごはんは大好評でした。小学校ではお二人の先生方が「今夜の献立にします！」と家庭でも作ってください、ご家族にも喜んでもらえたそうです。



（材料米2合分）ごはん2合分、白だし小さじ4、

ごま油小さじ1強、ごま10g、塩少々、もみのり適量

- ① ごはんに調味料とごまを混ぜて、茶わんについでもみ海苔をトッピングする。

9月の郷土料理 タイピエン（中国⇒熊本・長崎）

タイピーエンは、明治時代に中国から熊本や長崎に伝わった料理です。中国の高級食材である「ツバメの巣」の代わりに揚げ卵を、「ふかひれ」の代わりに春雨を、と手に入りやすい食材に置きかえて、熊本の家庭や学校給食でおなじみのメニューとなりました。



