越前町学校給食カレンダー

ふくいSDGs ジュナナ献立



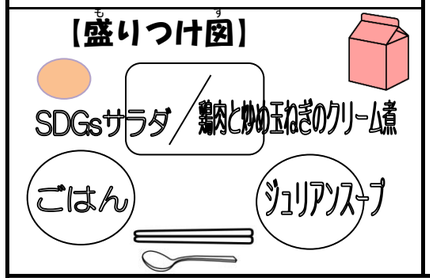
【11月の給食目標】 感謝して食べましょう

11月20日

【献立名】

ごはん
牛乳
ジュリアンスープ
鶏肉と炒め玉ねぎのクリーム煮
SDGsサラダ
セレクトデザート

【盛りつけ図】



【献立について】

今年の夏も猛暑と言われました。初夏に収穫された玉ねぎは保管場所がなく、小さい玉ねぎは売り物にならないから腐ってしまうのではないかという生産者の方の声が聞こえてきました。そこで夏休み中の給食センターで玉ねぎを炒めて冷凍保存することにしました。

炒め続けて30分、黄金色になった玉ねぎは、驚くほど甘い玉ねぎ「オニオンキャラメリーゼ」に変身しました。できあがった「オニオンキャラメリーゼ」は、急速冷却した後、真空包装して冷凍庫で保管し、今日のクリーム煮の隠し味に使っています。

調理員さんたちの協力とすばらしい道具が力を合わせることで、食品ロスを減らすことができました。ふだんの生活の中でできる食品ロスについて話してみましょう。



【使用地場産物】 米　こめこ　たまねぎ　だいこん　にんじん　ブロッコリー　キャベツ

【クイズ】

今日のサラダは、野菜の皮をできるだけむかずに使用しています。また、地場産の梅のドレッシングも活用しています。次のうちどれが梅の効果でしょう？

① 疲労回復効果
② 食中毒予防
③ インフルエンザ予防

【解説】

梅干しを食べると食あたりになりにくいと昔から言われてきました。その他、クエン酸による疲労回復効果や血液をサラサラにする効果、インフルエンザウイルスの増殖を抑制する効果もあるそうです。

今日のサラダには、福井農林高校の生徒さんが考えた福井の梅とらっきょうを入れた「うららのドレッシング」を使っています。

【こたえ】 全部