

■山添村立学校給食センター



施設概要

- 施設名称 ● 山添村立学校給食センター
- 所在地 ● 山辺郡山添村大字大西76番地の3
- 設置年月 ● 昭和54年4月1日
- 敷地面積 ● 4013㎡
- 建築面積 ● 538㎡
- 延床面積 ● 497㎡
- 構造 ● 鉄骨造
- 調理能力 ● 700食/日

片平あかね祭り

鮮やかな赤と葉の緑のコントラストが楽しいあかねちゃん
毎年11月には、品評会が行われます。
今後は給食の村内産食材として、新メニューを考案中です

イチオシ献立 片平あかねの挽肉丼

片平あかね

山添村片平地区で大和の伝統野菜に
認証されている片平あかねです。

赤カブの一種で、自家製漬物から祝
い料理など使用の幅が広く、特徴は葉
の筋から根の先まで真っ赤な姿かたち。
調味料に漬けることで、芯まで赤く鮮
やかに染まります。

給食センターでは、片平あかねの甘
酢漬けを使ったメニューを取り入れて
います。

平成26年度から学校給食会で供給
が始まります。皆さんも使ってみて下
さい。



【作り方】

- ① 片平あかねは、根の部分を7mm程度の角切りにし、葉の部分はざく切りにする。
 - ② フライパンにごま油を温め、しょうが、長ネギを入れて炒める。香りが出たら春まなの塩漬けを入れて炒め、豚ひき肉、片平あかね、大豆を入れて炒める。火が通ったら調味料を加えて味付けをする。
 - ③ 器にごはんを盛り、その上にのせる。
- ★ オムレツの中やコロッケに入れても美味しいです。

【材料】(大人8人分)

- ゆで大豆 (県開発物資) 30g
- 豚ひき肉 50g
- 春まなの塩漬け (県開発物資) 25g
- 片平あかね 5g
- しょうが 1.2g
- 長ネギ 1.2g
- ごはん 茶わん1杯
- しょうゆ 7.5cc
- 砂糖 1.2g
- 酒 7.5cc



食育の授業として取り組んだ皮むき

1年生、小学校生活初めての食育活動ひとつ、ひとつさやをむき、数にもしたしました。
また、「家でもやったことある」など家庭での様子も見えた時間でした。
この豆は、えんどうごはんにして給食でいただきました。



やまもり通信 2月

風邪がはやっています!

風邪をひいてしまったら...

風邪のときにオススメの食事

2月3日節分

大豆は栄養たっぷり!

給食センターの手作りカレーを紹介します。

【材料】一人分

油	少々	カレー粉	1g	ケチャップ	2g
豚肉	25g	トマトピューレ	6g	濃口しょうゆ	0.8g
しょうが	少々	りんごピューレ	8g	ウスターソース	3.5g
にんにく	少々	コンソメ	1.8g	ヨーグルト	2g
塩コショウ	少々	鶏ガラスープ	1g	バター	8g
玉ねぎ	50g	ちやつね	1g	小麦粉	8g
人参	15g	脱脂粉乳	3g	水	40cc
じゃがいも	30g	チーズ	8g		

- 【作り方】
- ① ルウ作り
鍋にバターと小麦粉を入れ弱火できつね色になるまで炒め、少しずつ水を入れてのぼす。
 - ② ルウがきつね色になったらカレー粉を加えて混ぜ、火を止める。
 - ③ 別の鍋に油をひき、にんにく、しょうが、豚肉、赤ワインを入れて炒め、玉ねぎを加えてよく炒める。
 - ④ ③に人参を加えさつと炒め、水、じゃがいもを加えて炊く。
 - ⑤ 野菜が柔らかくなりかけたら、トマトピューレ、ケチャップを入れて炊く。
 - ⑥ 野菜が煮えれば①のブラウンルー、コンソメ、鶏ガラスープ、りんごピューレ、ちやつね、しょうゆ、脱脂粉乳、チーズ、ウスターソース、ヨーグルトの順に入れて炊く。
 - ⑦ 味を調えて出来上がり。

★美味しく炊くポイントは・・・
バターと小麦粉をよく焦がしてブラウンルーを作り、玉ねぎは熱色になるまでよく炒めると甘さが出て美味しいです。

★手作りの良さ・・・
価格は少し高くなりますが、市販のルーに比べると材料がはっきりとわかり、健康に良い為、学校給食では手作りカレーを実施しています。
ぜひ、子どもと一緒にチャレンジして市販の「ルー」とは一味ちがう家庭の味を楽しみましょう!