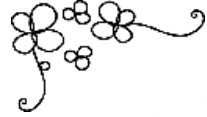


# 11月給食たより



最優秀賞おめでとうございます！！

第8回大仙市ふるさと給食献立コンテスト応募用紙

料理名	ふりがな とちゅうとんのみそ肉じゃが	
材料名	分量(4人分)	作り方 (切り方も記入してください)
とちゅうとん	100g	バラ肉は3cmぐらいに切る
じゃがいも	2こ	じゃがいもは(角切り)、たまねぎはくし切り、にんじんは、5人切りする。
たまねぎ	1こ	油を熱し、ふた肉をいため
にんじん	1/2本	にんじん、たまねぎ、じゃがいもをいれていためる。
みそ	大さじ1	きけ、さとう、みそ、オイスターソースをいれて加熱していきいれる。
さけ	大さじ1	
さとう	大さじ1/2	
オイスターソース	小さじ1	
サラダ油	大さじ1	
いんげん	5本	

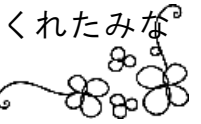
【料理のポイントや工夫した点など】  
 ○料理について… 中山の特産品を使った料理  
 ○応募するに当たって… 一人で考えた  友だちやグループで話し合った  家族に相談した

7月23日～8月24日に大仙市学校給食協会による「第8回ふるさと給食献立コンテスト」が大仙市内小学校の5年生を対象に行われました。

応募献立319点の中から  
**清水小学校 明平彩愛さんの「とちゅうとんのみそ肉じゃが」が最優秀賞**  
 に選ばれました。

中仙地区からもたくさんの応募があり、このほかにも中仙小ではアイデア賞1点、清水小では努力賞2点、豊川小ではアイデア賞1点、努力賞2点、豊岡小では努力賞2点が選ばれました。

21日(水)の献立に最優秀賞に輝いた「とちゅうとんのみそ肉じゃが」を取り入れました。お家の人と中仙の特産品を使った献立を考えてくれたとのこと。この献立にも中仙産の杜仲豚、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、みそを使います。コンテストに応募してくれたみなさんありがとうございました。



月	火	水	木	金
11月から新米になります。 作ってくださった方々に感謝してよく味わって食べてください。			1. ごはん ・若鶏の唐揚げねぎソースかけ ・もやしのおいそべあえ ・大根のみそ汁	2. ごはん ・あじのレモンしょうゆ煮 ・くきわかめの炒め煮 ・なめこのみそ汁
5. ごはん ・さっぱり豆腐バーグ ・高野豆腐の五目煮 ・さつまいものみそ汁	6. 親子丼 ・むぎごはん ・鶏肉の卵とじ ・厚揚げのみそ汁 ・ホワイトムース	7. ごはん ・焼き栗コロッケ ・ベーコンと切り干し大根のつま煮 ・豚汁	8. ごはん ・カミカミたこメンチカツ ・れんこん入りきんぴら ・じゃがいものみそ汁 ・黒糖ピーンズ きょういちはひ今日は118の日	9. 米粉パン ・ほうれんそうポテトグラタン ・ウィンナーと花野菜のソテー ・秋野菜のミネストローネ ・秋田産ブルーベリージャム
12. ごはん ・若鶏の照り焼き ・かぶのそぼろ煮 ・たらこのしょうゆ汁	13. むぎごはん ・大根と大豆のカレー ・キャベツの温野菜 ・バックドレッシング(イタリアン) ・秋田県産りんごゼリー	14. ごはん ・秋鮭の寒麹焼き ・白菜の煮びたし ・納豆汁	15. ごはん ・豚肉のかりんと揚げ ・ハムとチンゲンサイの和風炒め ・もずくのみそ汁	16. なめこうどん ・豆腐のそぼろあん包み ・キャベツとベーコンの和風炒め ・ミニチョコたい焼き(中のみ)
19. ごはん ・野菜しゅうまい ・(小2コ、中3コ) ・マーボー春雨 ・わかめと豆腐のスープ	20. 豚すき丼 ・むぎごはん ・豚すき煮 ・かぼちゃのみそ汁 ・紫いもチップス ・ジョア オレンジ	21. ごはん ・さばの煮付け ★杜仲豚のみそ肉じゃが ・八杯豆腐汁	22. ごはん ・いわしの三平煮 ・すきこんぶの炒め煮 ・けんちん汁 11月24日は「和食の日」	23. 勤労感謝の日 
26. ごはん ・あじのさんが焼きあんかけ ・鶏肉と大根の煮もの ・キャベツのみそ汁	27. むぎごはん ・ポークカレー ・白菜の温野菜 ・バックドレッシング(たまねぎ) ・キャンディチーズ (小2コ、中3コ)	28. ごはん ・野菜の春巻き ・マーボー豆腐 ・中華スープ	29. ごはん ・いかリングフライ (小2コ、中3コ) ・豚肉と白菜の炒めもの ・いものこ汁	30. ごはん ・和風オムレツ ・キャベツの煮びたし ・おでん

◆◆ 牛乳は毎日つきます。牛乳のかわりにジョアがつく日もあります。◆◆

※都合により献立が変更になることもあります。ご了承くださいませようお願いします。

## ＜給食センターの衛生管理について＞

- ・給食センター職員は、月2回の腸内細菌検査のほか、10～3月は月1回ノロウイルス検査を行っています。10月はどちらの検査も全職員陰性でした。
- ・ノロウイルスや細菌性の食中毒予防のための献立作成や調理を行い、食品は全て加熱し、中心温度が85～90℃以上であることを90秒確認して提供しています。
- また11～4月は、ノロウイルスなどの感染性胃腸炎の流行期になるので、あえ物やわかめごはん等、加熱後に手を加える調理は控えます。

## 日本人の伝統的な食文化 「和食」を見直そう!

### 「和食」の4つの特徴

**1 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重**

調理技術・道具

多様な食材

**2 健康的な食生活を支える栄養バランス**

一汁三菜が基本

うま味の活用

**3 自然の美しさや季節の移ろいの表現**

季節を楽しむ飾り付け

**4 正月などの年中行事との密接な関わり**

家族や地域の絆

- 今月中仙・大仙市産
- じゃがいも ●キャベツ ●たまねぎ ●はくさい ●さつまいも ●長ねぎ
  - にんじん ●だいこん ●エリンギ ●むきえだまめ ●かぼちゃ ●さといも ●大豆 ●とうふ ●あつあげ
  - やきとうふ ●あぶらあげ ●糸こんにゃく ●ウィンナー ●ベーコン ●ハム ●みそ ●米

※給食費の第7期納期限は(口座振替日)は**11月26日(月)**です。