

# たべるのだいすき! 給食だより

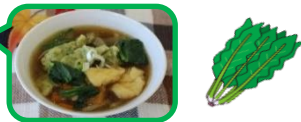
平成30年 9月  
新町第一小学校  
No. 5

## 給食メニューの調理実習が行われました



高崎市では、毎年夏休み期間を活用し、栄養士と給食技士で、調理実習を行っています。市内の学校を12地区に分け、各地区ごとに集まって地場産物を使用し、栄養価、食品構成を満たした献立を考え、調理を行います。本校は、旧多野郡地域として、新町中・新町第二小・吉井給食センターの3施設とともに、グループ名は旧多野郡の多野(たの)をとり、「たのっころんち」と名づけられました。今年度のテーマは「地場産野菜を使用した人気メニューを美味しく食べて郷土愛を育てる」とし、吉井地区でとれるきのこ類や、七区でとれる野菜を使用して群馬県で昔から食べられている「すいとん」を色々なバージョンにアレンジして4種類のすいとんを作りました。

### 2色すいとん



すいとんの生地はすべて高崎産の地粉「きぬの波」を使用しました。地域でとれる旬の野菜など(国分にんじん、ほうれんそう、かぼちゃ)を生地に練りこみ、見た目も味も楽しめます。

### チゲ汁すいとん



昨年度の地区別料理講習会で実施した「チゲ汁うどん」をさらにアレンジしてチゲ汁すいとんを作りました。ピリ辛の食の進む味つけで、本校の先生方にも試食していただいたところ、とても好評でした。

### きのこすいとん



吉井地区でとれる、しいたけやしめじなどの、きのこ類をたくさん入れました。きのこのうまみが良く出て美味しく仕上がりました。

### 豆乳すいとん



給食のすいとんは、生地に牛乳を加えて作ります。乳アレルギーのある児童でも食べられるように、牛乳を豆乳に変えてすいとんを作りました。牛乳よりも粘度のある仕上がりになりました。

### 調理実習の様子



汗かかずに、すいとんを一度下茹でします



地粉「きぬの波」



かぼちゃ とうとう豆乳 フレーン  
ほうれんそう にんじん フレーン(水分少なめ)

色々な味のすいとんを作りました

2色すいとんは9月の給食に登場します。



# 給食レシピの紹介～チキンマリネ～

残暑厳しい時季にもさっぱりと食べられます

## ★材料（4人分）★

- ・鶏むね肉 4枚（各60g程度）
- A {
  - ・塩 少々
  - ・こしょう 少々
  - ・小麦粉 適量
  - ・片栗粉 適量
  - ・揚げ油 適量
- ・にんじん 1/4本
- ・ピーマン 1/2個
- ・玉ねぎ 1/4個

- B {
  - ・サラダ油 大さじ1
  - ・酢 大さじ1
  - ・砂糖 小さじ2
  - ・コンソメ（顆粒） 小さじ1
  - ・ウスターソース 大さじ1

## 〈作り方〉

- ① 鶏肉はAで下味をつけておく。
- ② にんじん、ピーマンは千切り、玉ねぎは薄くスライスしてサッとゆでて冷ます。
- ③ Bの調味料を合わせて煮立ておき、②をつけこむ。
- ④ 小麦粉、片栗粉をよく混ぜて①にまぶして油で揚げる。
- ⑤ ③で作ったマリネを油で揚げた鶏肉にかけたらできあがり。

鶏もも肉や魚のフライに変えても  
ジューシーに美味しく作れます。



市内公立保育所・幼稚園・小・中・特別支援学校給食の

## 放射性物質検査結果について

標記について下記の通り報告がありましたので連絡いたします。

6・7月中の検査結果一覧

調理期間	調理施設	検査結果（Bq/kg）		
		ヨウ素 131	セシウム 134	セシウム 137
6月18日～6月22日	新高尾南部保育所・北部小学校・大類中学校	不検出	不検出	不検出
6月25日～6月29日	新高尾南部保育所・特別支援学校	不検出	不検出	不検出
7月2日～7月6日	塚沢中学校・東小学校・倉賀野幼稚園	不検出	不検出	不検出
7月9日～7月13日	箕郷第一保育園・新町中学校・くらぶちこども園	不検出	不検出	不検出