

# ペロリ！



第8号

寒さが本格的になり、雪が降る日も出てきました。市内では学級・学年閉鎖も発生しています。学芸発表会は終了しましたが、風邪やインフルエンザにならないよう、しっかりと対策を行っていきましょう。

## 感謝して食べよう

11月の目標は「感謝して食べよう」です。毎日何気なく食べている食事でも、食卓に並ぶまでにたくさんの人が関わっています。その中でも今回は給食の献立作成と調理作業に注目して給食ができるまでの様子をほんの少しお伝えします！

### ☆献立作成☆

毎月の献立は、約2か月前に決定しています！

#### 献立作りのポイント

- ・栄養バランス
- ・和洋中のバランス
- ・人気メニュー
- ・行事食
- ・旬の食材
- ・金額
- ・地場産物
- ・調理時間 など



お肉屋さん・八百屋さん・加工品業者さんなどに連絡。献立に合わせて「いつ、何を、どのくらい」使うのかを伝え、届けてもらう準備をする。

### ☆調理作業☆

7時30分頃から10時30分頃の約3時間で作られます。

#### 〈下処理〉

- ・皮などの使えないところをとります。
- ・虫がいないか、傷みがないかを点検し、3回洗います。
- ・ほとんどの野菜は、機械を使って切ります。



#### 〈調理〉

- ・大きな鍋を使って作ります(汁物は5つ分、炒め物は3つ分)。
- ・1杯に約10人分入る「ひしゃく」を使って盛り付けします。
- ・どの料理もクラスの人数に合わせて盛り付けしています。

