

# 給食だより10月

令和6年 9月30日  
港区立青山中学校  
校長 中田 和直  
栄養士 森 祐子



10月21日(月)は、青山中学校の開校記念日です。今年で創立77年になります。少し早いですが、10月18日(金)の給食は、開校記念日をお祝いした給食です。秋は、食べ物の秋と言われるように、旬の食材が多い季節です。最近では、1年中お店で見かける野菜や魚が多いですが、旬の食材は、おいしいのはもちろんのこと、栄養も豊富に含まれています。たくさん食べましょう。

## 🍷🍷🍷🍷🍷🍷 10月の行事食・郷土料理 🍷🍷🍷🍷🍷🍷

### 3日(木) 世界の料理：ハワイ

「モチコチキン」は、ハワイ風のから揚げです。名前の通り、鶏肉にモチ粉(もち米粉)をつけて、揚げたものです。「ロングライススープ」のロングライスとは、春雨のことです。「ロミロミサラダ」のロミロミは、ハワイの言葉で、手でもむという意味のハワイの前菜料理です。

### 10日(木) 郷土料理：愛媛県

大洲(おおす)の芋炊きは、山形県中山町の芋煮、島根県津和野町の芋煮と並んで、日本三大芋煮と呼ばれています。里芋のほかにも、鶏肉、こんにゃく、油揚げなどいろいろな食材を入れて煮込みます。しょうゆ味がベースで、少しあまみがある味付けが特徴です。

### 15日(火) 行事食：十三夜

お月見といえば、十五夜が有名ですが、十三夜は、1年のうちに、十五夜に続いてきれいな月が見られると言われ、お月見をする習慣があります。お月見といえば、お月見団子です。この日は、白玉団子の入った汁物です。

### 18日(金) 開校記念お祝い給食

お祝いに欠かせない料理といえば、お赤飯です。もち米に、小豆やささげを混ぜて蒸したご飯で、おめでたい日に食べる日本の伝統的な料理です。青山中学校の77周年をお祝いした給食です。

## △▽△▽△▽ 9月5日給食試食会 △▽△▽△▽△

### 給食試食会を5年ぶりに実施しました！！

9月5日(木)に、コロナ禍で中止していた給食試食会を5年ぶりに実施しました。当日は、12名の保護者の方に参加して頂きました。メニューは、揚げパンきな粉、ハンガリアシチュー、グリーンサラダ、くだもの(梨)、牛乳でした。アンケートでは、思ったより量が多く驚きました、メニュー紹介や調理で工夫していることなどの話を聞かせて頂けて良かったです、「だし」から丁寧に作っていて感激です、ぜひ毎年お



願いします等のご感想を頂きました。来年も実施する予定ですので、今回参加出来なかった方も、ぜひご参加下さい。

## ～港区商店街コラボ給食～

### 10月25日(金)

### カルナバル監修スペアリブ風

令和3年度から始まった港区の事業で、地域の商店街と学校のコラボレーションにより、魅力的な給食の提供を行います。今回は、港区芝にある「Karnaval」(カルナバル)というお店の「特製スペアリブ」を給食用にアレンジしたものです。お店の名前のカルナバルは、カーニバルに由来しています。いろいろな国の料理を囲み、楽しい時間を過ごしてほしいという、店主の思いが込められています。

