

令和5年8月24日（木）



献立

- ・牛乳
- ・ナン
- ・キーマカレー
- ・涼風サラダ
- ・すいか

感想

- ・ナンは、自然解凍でもふっくらで、ほのかな甘みもあり、キーマカレーによく合う。
- ・キーマカレーは、豚挽肉に、たまねぎ、じゃがいも、にんじんが小さく刻まれて、煮こまれている。すりつぶした豆が入っているので、味に深みがあり、グリーンピースの彩りもよい。ニンニク、生姜、チャツネ、すりおろしりんご、赤ワイン、ケチャップ、デミグラスソースなど、手の込んだ調理で奥深い味のカレーに仕上がっている。
- ・涼風サラダは、きゅうり、ワカメにところてんが入り、夏らしい一品である。ブロッコリーとトマトの彩りもよく、酸味がほどよくさっぱりしていて、ごま油風味もよく、カレーに合う味付けである。
- ・すいかは、暑い夏にうれしいデザートで、赤色がメニュー全体に彩りを添えている。

令和5年8月25日（金）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・モロヘイヤの味噌汁
- ・豚モモカツ
- ・野菜炒め

感想

- ・モロヘイヤの味噌汁は、モロヘイヤのねばりで口当たりとのどごしがよい。油揚げの風味と和風出汁がよく合っている。自校給食ならではのねぎの食感や風味もよく、にんじんの彩りもよい。
- ・豚モモカツは、外側がカリッと食感がよく上手に揚げられている。食べ応えがあるサイズで、噛むと豚肉の旨みが口の中に広がる。少量のソースが味を引き立てていて、野菜炒めとの組み合わせがよい。
- ・野菜炒めは、豚肉、にんじん、たまねぎ、アスパラ、もやし、具たくさんで食べ応えがある。ニンニク、生姜の香りがよく、食欲をそそる。にんじんやアスパラ、キャベツの彩りがよくきれいに仕上がっている。隠し味のコンソメが味に深みを加えていて、白コショウのアクセントもよく、ごはんのおかずにはぴったりの野菜炒めである。

令和5年8月28日（月）



献立

- ・牛乳
- ・ごはん
- ・じゃがいもの味噌汁
- ・さばの生姜煮
- ・きゅうりの和え物
- ・冷凍みかん

感想

- ・じゃがいもの味噌汁は、煮干しだしと味噌の香りがよく、じゃがいもとワカメの風味がよく合っている。ねぎの食感や風味もよくにんじんの彩りもよい。味噌汁の定番の具が安定のおいしさである。
- ・さばの生姜煮は、甘辛い味付けに生姜の風味がよく合っていて、ごはんがすすむ味である。魚嫌いな子どもも食べられそうなくせのないさっぱり味である。
- ・きゅうりの和え物は、きゅうりの彩りと食感がよく、オクラのねばりもあり、口当たりのよい和え物である。コーンとにんじんの彩りもよい。細くほぐされた蒸し鶏と鶏ガラスープの旨みとごま油とごまの風味がよく、コーンの甘みや白コショウのアクセントもよい。
- ・冷凍みかんは、暑い夏にぴったりで、みかんの自然な甘さと酸味がさわやかである。

令和5年8月29日（火）



献立

- ・牛乳
- ・冷やしラーメン
- ・野菜のカポナータ

感想

- ・冷やしラーメンは、よく冷えたスープに札幌ラーメンの太麺の食べ応えがある。細切りのチャーシューの旨みとメンマの風味や食感がラーメンのおいしさを引き立てている。細切りににんじん、きゅうりともやしのシャキシャキの食感がよく、彩りもよい。ねぎやきゅうりの風味もよく、さっぱりとしている。
- ・野菜のカポナータは調べたところ、イタリアシチリア島発祥の煮込み料理であった。鶏もも肉と、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ナス、トマト、さやいんげんが煮こまれている。ニンニクとバターの風味がよく、食欲をそそる。コンソメの味付けにトマトの酸味がほどよく、隠し味に赤ワインや白コショウが使われていて、給食で手の込んだイタリア料理を楽しむことができる。トマトやにんじん、さやいんげんの彩りも美しい。

令和5年8月30日（水）



献立

- ・牛乳
- ・ワンタンスープ
- ・マーボー野菜
- ・塩キャベツ

感想

- ・ワンタンスープは、ニンニクの風味の中華風スープに、豚肉、干しいたけの旨みがよく出ていて、ワンタンによく合う味である。ワンタンはのどごしがよく、にんじんの彩りやネギの香りもよい。
- ・マーボー野菜は、ニンニクと生姜の風味のマーボー味が食欲をそそる。豚挽肉や干しいたけの旨みが片栗の餡になって、たまねぎ、にんじん、きゅうり、じゃがいも、ピーマンの野菜によく絡んでいる。細かく切った野菜は、嫌いな野菜があっても、他の野菜と一緒に食べられると思う。きゅうりやにんじんの彩りもよく、ごはんによく合う味付けである。
- ・塩キャベツは、白ごまの風味がよく、ほどよい酸味とまろやかな塩味である。黒コショウのパンチが効いていて、味がしまっている。細切りのキャベツは食べやすく、にんじんの彩りもよい。

令和5年8月31日（木）



献立

- ・牛乳
- ・ごまツイストパン
- ・ソーセージチャウダー
- ・ロシアンサラダ
- ・プチトマト

感想

- ・ごまツイストパンは、たくさんのごまとツイストの見た目も楽しく、ごまの風味豊かである。
- ・ソーセージチャウダーは、バターとベシヤメルソースのクリーミーな味わいに、薄切りのソーセージの旨みがよく合う。ニンニクと白ワイン、白コショウ、ドライパセリが使われていて、味に深みがある。にんじん、たまねぎ、じゃがいもが小さなキューブ状にカットされていて食べやすい。
- ・ロシアンサラダは、カレー風味のマヨネーズ味のなめらかなポテトサラダである。コーンやにんじん、きゅうりの彩りがよく、水気の切られたきゅうりの食感がよく、ポテトサラダによく合う。
- ・プチトマトは、ロシアンサラダに添えられていて、メニュー全体に彩りを添えている。