



給食たより



本格的な夏が到来します。学校では、プールの授業が始まります。プールでは、全身で太陽を浴び、汗をかき、体力を消耗します。暑さに負けないように、朝ごはんを食べてから登校しましょう。



給食のお米



目黒中央中で使用するお米は年間で、10kgのお米が、約840袋です。(8,400kg)

給食の時間に「給食のお米は備蓄米ですか?」という質問がありました。今、ニュースで、お米の高騰や備蓄米の販売が始まった様子が多く報道されています。

目黒区では、給食でお米を安定的に使用することができるよう、学校ごとに購入せず、目黒区が東京都米穀小売商業組合目黒支部と年間契約を交わし、目黒区内のお米屋さんから各校に届けていただいています。

現在使用しているお米は、昨年度収穫した秋田県産の「あきたこまち」という品種のものです。

給食では、主食の回数が決まっています。20回をサイクルとして、お米は15回、パンは3回、麺は2回です。

日本の主食であるお米を使用した献立を、多く取り入れています。

7月の献立から



友好都市献立



石川県金沢市

目黒区

目黒区と石川県金沢市は、平成29年に友好都市協定を結びました。

石川県の食材で有名なものは加賀野菜の源助大根、加賀れんこん、加賀太きゅうり、金時草などがあります。また、魚介が原料の調味料で、石川県の能登半島で昔から作られている魚醤の「いしる」が有名です。7月の給食で、いしるを使ってうま味を加えた、いしるラーメンを作ります。

◎魚醤(ぎょしょう)とは…魚と塩と一緒に漬け込み、発酵させて作る調味料です。うま味が多く、日本では、秋田県のしょっつるや外国では、タイのナンプラーが有名です。

6月の献立から



20回目の開校記念日をお赤飯を炊いてお祝いしました。

ごま塩は給食室で作ります。塩水にごまを加え、炒って水分をとばしてごまに塩をコーティングします。

