

おいしい給食（6月）

6月1日(水)

6月最初の給食、まずは笹かまのにしょく天ぷら、笹かまぼこはこのような調理、味つけが出来る食材なのですね。カレー風味も青のり風味もどちらも笹かまの味にぴったりで美味しかったです。

おかひじきの和え物、見た目にもおかひじきの緑、人参の赤、とうもろこしの黄、もやしの白と彩り鮮やかでした。和える際にはツナを使っていたのですか？わさびのような風味も感じた気がしました。味わい深いですね。

タマネギの味噌汁、タマネギもさることながら、丸い麩とじゃがいもがたくさん入っていて楽しめました。小松菜も、油揚げも入って、具たくさんで食べ応えがありました。

キウイフルーツ、これも甘み、酸味がしっかり楽しめました。キウイフルーツやアボガドは食べ頃に剥くのが少し難しいと思いますが、今日のはまさに食べ頃の熟し具合でした。ごちそうさまでした。

6月2日(木)

ご飯、本日熱々をいただきました。

松風焼き、鶏肉の挽肉をベースにした和風ハンバーグといった感じでしょうか。手作りでメニュー、ありがとうございます。胡麻も振りかけられていて食感も味にも深みが増していました。

大根と豚バラ肉の煮物、これも具材に味がしみて、とても良かったです。大根は勿論、椎茸、人参、こんにゃくもサヤインゲンもつゆにマッチしていました。

温麺汁は何ととっても汁が美味しかったです。豆腐、油揚げ、茄子、人参、ネギにくずきりのような具材もありました。

オレンジのデザートも嬉しかったです。瑞々しかったです。

最近のメニューで大活躍している具材は、人参ではないでしょうか？様々な刻み方でメニューに登場し味わいのある働きをしていますね！ごちそうさまでした！

6月3日(金)

昨日、本日の給食時間中の雷雨、子供たちが動揺しないと良いですね。米づくりの本場、県北の稲妻、稲が育ちますね！

今日は、麦ご飯にキーマカレー、美味しくて食べたらずプーンが止まりませんでした。特に、大きさの揃ったピーマン、パプリカ、タマネギ、茄子の彩りが鮮やかできれいな模様のようなでした。

大根サラダでは、きゅうり、人参、水菜も入り、程よい酸味のある旨味を楽しめました。キーマカレーとの相性がばっちりでした。

デザートはフルーツのゼリー和え、みかん、パイナップル、桃の味が甘いゼリーでまとめられており、これまた、キーマカレーのデザートにぴったり、最後はひんやりフルーツとゼリーの味を楽しみました。

今週も美味しい給食をありがとうございました。

6月6日(月)

雨降りです涼しい週のはじめとなりました。

ししゃもの磯辺揚げは歯の強化を意識した献立と伺いました。磯辺揚げでししゃもを食べた記憶がありませんでした。これは、美味しかったです。しかも子持ちししゃもです。勿論、小骨等も全く気にならずサクサクと美味しく頂きました。

小松菜の胡麻和え、胡麻の香りが高く小松菜、もやし、人参の美味しさを更に引き出していました。もやしのシャキシャキ感もあり食感もとても良かったです。

茄子の味噌汁、野菜も茄子、大根、タマネギ、ネギと贅沢に入っていましたし、豆腐も、そして丸麩がなんとも美味しかったです。平日は、夕食にインスタント味噌汁を食べていますが、麩を買っておいて加えるのも有りだと、思いました。

デザートのパイナップルでは、甘みと酸味が同時に楽しめ大満足でした。

美味しい給食ごちそうさまでした。今週もよろしくお祈りします。

6月7日(火)

本日火曜日はパンの日でした。ミルクパンはしっとりしていて牛乳の飲めない私でもとても食べやすかったです。

タンドリーチキン、カレー風の味つけ、香辛料等の粉をまぶして作るのでしょうか？我が家では登場しないメニューでした。とても美味しかったです。

ポテトのチーズ煮、これはまるで食べるポタージュスープといった感じでした。パセリの風味も良くて、食材の旨味が口の中で混ざり、濃厚な味を楽しめました。

コロコロスープは、ウインナーがコロコロしているから？具材の中の枝豆や大豆がコロコロしているから？このネーミングになったのでしょうか。何ととっても斬新だったのは、2種類の豆が仲良く混ざっていたことです！とうもろこしの彩りもあり、食が進みました。本日も、ごちそうさまでした！

6月9日(木)

昨日は出張でしたのでコンビニおにぎり2つと、菓子パン1つを自家用車内で急いで食べたただけでした。今日は給食が食べられて嬉しいです！

仙台青葉餃子、お中元のカタログで緑色の餃子を見たことがありましたが食べたことはありませんでした。「仙台雪菜」が練り込まれているのですね。ガチッと焼くというより、ふっくら蒸した感じで上品な感じでした。美味しく頂きました。

竹の子の胡麻油炒め、これは胡麻油が竹の子、人参、さやインゲン、糸こんにゃくといった具材の味をより引き立てていました。

なめこと卵のスープ、味噌汁の具でも最も好きななめこを卵のスープで食べることが出来ました。今まで経験していなかった組み合わせでしたがとても美味しかったです。

デザートのおレンジまで美味しくいただきました。やっぱり給食は良いですね！

6月10日(金)

地震避難訓練があり、若干検食の時間が遅くなりました。

枝豆ゆかりご飯は、紫蘇の香りが食欲をそそります。これにゴロツと枝豆が艶やかな緑色で混ざっていました。これは、おかずなしでも全部食べられますね！

かぼちゃコロッケ、サクッと揚げられていてとても良かったです。甘いかぼちゃの味を楽しめました。

キャベツのひじき和え、こちらはとても優しい味でした。キャベツに人参、もやし、ほうれん草が混じり、美味しかったです。

豚汁といえば季節が少し先ですが、芋煮会を思い出しますね。今日の給食はまずは豚汁の大根から食べ始めました。うん、美味しい、汁の味付け加減もちょうど良かったです。

さくらんぼの季節になりますね。毎年、山形の東根市に住む教え子から自分の家で作ったさくらんぼが送られてきます。今年も楽しみです！

今週も、美味しい給食ごちそうさまでした。

6月14日(火)

火曜日はパンの日、本日はバターロールパンでした。

マカロニグラタンは、たくさんのマカロニに鶏肉、しめじが入っていてクリーミーな美味しさでした。振りかけられたパセリがアクセントで味を引き立てていました。子供たちの盛り付けが少なくなっているのを見ました。ひとつひとつ盛り付けて焼いてくださったのですね！美味しく頂きました。

エリンギソテー、調理法を調べてしまいました。少量の油で炒め焼きをしてあるのですね。エリンギ、美味しいですねー。また、キャベツ、小松菜、パプリカ、コーンと彩りも楽しめ

ました。一旦湯通ししてから炒めるのですか？野菜がとてもやわらかくて甘かったです。

ポトフ、これも調べてしまいました。フランスの家庭料理なのですね。何ととっても嬉しかったのは大きな塊のかぶが入っていたこと。かぶは、我が家ではあまり料理に選ばれない食材です。具たくさんで大満足でした。 本日もありがとうございました。

6月20日(月)

夏の到来を感じさせる爽やかな晴天の涼しい週のはじめとなりました。

鶏の照り焼きは中までやわらかくて優しい味わいでした。噛むほどに鶏の味がしっかりして美味しかったです。

茄子とパプリカの味噌炒め、パプリカ、さやインゲンの彩りも鮮やかで、勿論茄子とタマネギを含めて野菜の味も楽しめて美味しかったです。食感も多彩な野菜の組み合わせであることも、このメニューを引き立たせる大きな要因ですね。

キャベツの味噌汁、具たくさんで温かく美味しかったです。えのきたけ、人参も入ることで、汁の味わいに深みが出ているのでしょうね。ボリューム満点、ありがとうございました。

メロンが給食で食べられて贅沢な気分です。今が旬なフルーツなのですね。

美味しい給食ありがとうございました。今週もよろしくお願いします。

6月21日(火)

本日のパンはココアパンでした。パンのバリエーションが多くていつも感心しています。今日のパンも美味しかったです。(毎朝食パンを食べているので、バツィングしなくて嬉しいです。)

手作りキャベツメンチカツ、これは手作りならではの味わいでした。サクサクの薄い衣にジューシーな具材がギュッと詰まっていて、優しくヘルシーな味付け、ばっちりでした。

マカロニサラダは、マカロニの茹で加減も最適で、食感を楽しめました。きゅうり、コーン、人参の色合いも鮮やかで美味しかったです。

かぶのスープは、ゴロツと大きなかぶが入っていたのが嬉しかったです！味も野菜の味がうまく溶け込んでいて、スパイスの黒こしょうの風味が味を引き立てていました。 本日も美味しい給食をありがとうございました。

6月24日(金)

梅雨空の週末となりました。でも、給食のメニューは夏の到来にふさわしい、美味しい組み合わせでした。

シーフードピラフ、特に海老とイカがたくさん入っていて海の味わいを堪能できました。

グリーンピース、人参、コーンもたっぷり入っていたので色合いも鮮やかで食欲を一層引き立てていました。

ピーマンの肉詰め、パン粉と豚肉がしっかりマッチしていて、勿論ピーマンにこの肉詰めがフィットしていて、本当に美味しかったです。肉詰めは満遍なくやわらかくてしっとりしていました。

野菜スープ、温かい温野菜スープ、いかにも体に良さそうな優しい美味しさでした。ブロッコリーとカリフラワーがゴロッと入っていたのが特に嬉しかったです。

今週も美味しい給食ありがとうございました。

6月27日(月)

雷雨の昼食時間となりました。子供たち、怖がって食欲が衰退しない事を願うのみです。今日はオールカタカナのメニューでトロピカルな印象でした。

ガパオライス、これはタイ料理なのですね！タイ料理というと辛いカレーを思い出しますが、こちらは優しい旨味たっぷりの味付けでした。大豆は様々なサイズに粉碎されており、食感も楽しめました。

ズッキーニサラダ、栗原市はズッキーニの産地なのですね！家では、妻が大好きな食材です。炒めてとろけるチーズを絡ませるメニューで食べることが多いです。サラダは、グリーン

の鮮やかさが季節に映えており、ドレッシングもマッチしていて楽しめました。ビーフンスープ、ビーフンは焼きそばのように炒めるだけでなく、このスープのように春雨

代わりにように使っても美味しいですね。エリンギがいっぱい入っていて嬉しかったです。ブルーベリーゼリー、ひんやり美味しいデザートでした。製造地は記載されていませんでしたが、勝手に山形など、東北地方なのかな？と思いながらいただきました。

ごちそうさまでした。今週も給食楽しみです！

6月28日(火)

本日のパンは豆乳食パンでした。しっとりしていて、パンの耳まで柔らかい感じでした。いちごジャムを塗り、挟んで頂きました。

鶏肉のクリームソースかけ、このメニューは、肉は柔らかく、特にしめじともスープが絡んで濃厚な味わいを楽しめました。パンでお皿に残ったスープをすくって食べましたよ。

ほうれん草のツナマヨサラダ、こちらはツナとマヨネーズの量の配分が絶妙でした。どちらの味もちょうどバランス良く楽しめる、まさにプロの味付けですね！

夏野菜スープ、これは大きなかぼちゃを楽しみながらウィンナーにトマト、人参、いんげん、ズッキーニと賑やかに具材が入り深い味わいの美味しいスープとなっていました。

本日も美味しい給食をありがとうございました。

6月29日(水)

夏本番のような暑さとなりました。

鰯の胡麻味噌煮，鰯は小骨が気になる事がありますが，全く気になりませんでした。しっかり煮込んだからでしょうか，加圧しているのでしょうか？とにかく味も食べやすさもバッチリでした。

卵の花の炒り煮，ごぼうの食感が印象的でした。そして，椎茸の味がしっかりしておからにとってもマッチしていました。干した椎茸だったのででしょうか？とてもしっかりした椎茸の味，気になりました。

帆立の味噌汁，帆立の出汁がよく出ていて美味しかったです。アサリやシジミの味噌汁は食べる機会がありますが，帆立は味噌汁で食べた記憶がありません。これも，白菜にも味が染みこんで，美味しいですね！

スイカは，この暑さには嬉しいデザートでした。今シーズン初スイカでした。冷たくて甘くて美味しかったです。

厨房は調理の熱で暑いのだろうと推し量ります。くれぐれも調理ご担当の皆様，ご自愛くださいね。ありがとうございます。

6月30日(木)

朝に雨もぱらついたことから，蒸し暑い梅雨明けの6月末日でした。

チンジャオロースは竹の子に，ピーマン，パプリカと豚肉（特に脂身がおいしかったです！）と，夏バテ防止に一役買ってくれそうなメニューでした。にんにくは，細かくして入っていたのでしょうか？（味を調える感じが入っていたのかな。）

れんこんサラダは，今日もツナとマヨネーズの絶妙な組み合わせが楽しめるメニューでした。

ワンタンスープ，四角い可愛いワンタンに，何ととってもキクラゲの，あの食感が何とも良いですね！キャベツ，もやしも汁や炒め物で味が染みこむ，万能野菜ですね！（特に安価なもやしは，我が家でも主役野菜です！）

冷凍みかんは，解凍が程よく進み，シャーベットを食べている感覚を楽しめました。この時期にみかん，贅沢です。みかん自体も薄い外皮で，中の袋の皮もとても薄くて美味しいみかんでした。

ごちそうさまでした。来月からもよろしく申し上げます！