

## おいしい給食（5月）

5月2日(月)

本日は、こどもの日メニューでデザートも付いて豪華な給食でした。

竹のご飯は、季節ならではのメニュー。我が家でも一昨日取れたての竹の子を、ご近所の先生にお裾分けしていただいたところでした。きれいに切られた竹の子がいっぱい入っていて大満足でした。

鶏肉のレモンソースかけは、パリッと揚がった鶏肉にレモンソースが良くマッチしていました。粘性の高いレモンソース、鶏肉にぴったりと絡まり美味でした。

小松菜のおひたしは、ヒンヤリとしていて味も濃すぎずもうすすぎもせず美味しかったです。

布海苔の味噌汁は、じゃがいもの美味しさが印象的でした。角切りされたお芋は、崩れていないのですが、しっかり火が通りホクホクで旨味いっぱい。

豆乳プリンは濃厚で、底にカラメルまで入っていたのが嬉しかったです。

5月6日(金)

本日は、新じゃが、新タマネギを楽しめるメニューでした。肉じゃがは、ほどよくじゃがいものに火が通り、崩れたやわらかいじゃがいもが、汁や他の具材となじみ甘くてとても美味しかったです。

わかめの味噌汁は、油揚げとほどよく味のしみた大根が特に印象に残りました。わかめもしっかり歯ごたえを感じられたので、これも嬉しかったです。

赤魚の照り焼きは、味もさることながら骨が全くなかったことに驚きました。魚は大好きですので私自身は骨は気にならないのですが、子供たちも安心して食べられるのだらうと思いました。

GWの間の給食でしたが、暦通りにご勤務いただき、美味しい食事を準備していただき本当にありがとうございました。

5月10日(火)

本日はまるパン、スライスチーズと海老カツを挟んで海老カツチーズバーガーとしていただきました。バーガーは厚みがあるので、少しパンを指で押さえ、口を大きく開けてパクパクと食べました。

コールスローサラダは、具材とドレッシングの相性がばっちりでした。キャベツの加熱など、生野菜にドレッシングをかけるだけではない手の込んだ贅沢サラダ、ありがとうございました。

ミニトマトも大当たり、味が濃くて甘いトマトでした。

オニオンスープも優しい味わいを楽しめました。調理の際、下ごしらえで大量のタマネギを細かく切る時に涙が止まらないのでは？と心配になりました。

本日も美味しい食事をいただきました。ありがとうございました。

5月12日(木)

揚げ餃子は、障害のある方が働いている事業所で一つずつ丁寧に作られたものなのでね。餃子を揚げて食べるのがほとんどないので、全体の表面のサクサク感がとても新鮮でした。

キャベツときゅうりのショウガ和えは味がしっかり野菜に馴染んでいてとても良かったです。野菜を細かく刻むこと、加熱しながら最後はヒンヤリしているメニューであることなど、下ごしらえが大変なメニューかと感じました。ありがとうございます。

胡麻味噌野菜スープは、沢山の野菜にお肉も入って栄養満点かつ消化吸収のとても良いメニューだと思いました。

デザートバナナは冷たくて美味しかったです。

本日も美味しい給食をありがとうございました。

5月13日(金)

今日は全メニューがカタカナの洋食デーでした。

ポークカレーは久々に登場したメニューです。子供たちも皆楽しみにしていたのではないのでしょうか。大きめ野菜にもしっかり火が通っていました。じゃがいも、人参、タマネギなどの味も楽しめました。

グリーンサラダは、ブロッコリーとカリフラワーも入っていたのでしょうか。これも美味しくいただきました。

フルーツヨーグルトは、午後より会議の出張があるため、食べることを控えておこうかと思っていましたが、生クリームの入った美味しさに負けていただきました。カレーのデザートとして最高でした。(乳製品は美味しいと感じるのに、年を重ねるうちに食べるとお腹の調子が悪くなることが多くなり残念です。)

ゴールデンウィーク明けの一週間、毎日美味しい給食をありがとうございました。

5月16日(月)

今日は、納豆をはじめ、和食デーでした。

豚肉とごぼうの味噌煮、特に嬉しかったのがごろっと切り分けられたごぼうです。自宅では、あまり食卓にごぼうがあがってきませんでしたし、あっても細く切られたものだったので、楽しめました。

小松菜としらすの磯香和え、これはなんと言っても海苔としらすがこの磯の風味を醸し出す主役の一品ですね。海苔は板のりではなく、佃煮のようなバラバラな状態の海苔を使ったのでしょうか？美味しくいただきました。

アサリの味噌汁、これはむき身のアサリがかなり沢山入っていてとても嬉しかったです。私が、高校時代までを過ごした愛知県は、三河湾がアサリの一大産地でしたので、小学生の頃は毎春潮干狩りを楽しみました。小さいアサリから手のひら大の大アサリまで、どれも大好きですので、今日の味噌汁本当に嬉しかったです。

5月17日(火)

本日はパン給食の日、洋食型メニューでした。

鮭のチーズフライ、チーズを挟むと鮭のフライも味に深みが増しますね。5月17日はサーモンの大輸出国、ノルウェー王国の独立記念日です。今日、サーモンのフライを食べられて、北欧ファンの私はとても嬉しかったです。パンに挟んで食べる手もあったかな？などと考えながらいただきました。

大根サラダでは、野菜を美味しく味わえました。特に、ツナが入ることで旨味がぐっと増すように感じました。

ミネストローネスープは、具たくさん。具材の切り分け大変だったことと思います。お疲れ様です。マカロニの形が小さなスプーンのように、スープがよく馴染んでいました。セロリが入って香りもより楽しめました。

本日も美味しい食事を、ありがとうございました。

5月18日(水)

今日は、快晴の給食日より(?)でした。

手作り豆腐ハンバーグ、朝早くから細かく切り刻まれたタマネギはしっとり、勿論全体もやわらかく優しいハンバーグでした。これも朝早くからミキサーにかけられた大根おろしとタレもマッチしており、本当に美味しかったです。

れんこんサラダは、ツナが食感を楽しめる野菜達をしっかりとまとめて食べやすく味も良くばっちりでした。

キャベツの味噌汁でも、キャベツをメインとしながらも、多くの野菜が入っていて栄養満

点でしょうね。油揚げも、汁をしっかり吸い込む具材なのでよく馴染みますね。また、個人的にはエノキタケ（きのこ類全般）も大好きです。

下ごしらえで大量の野菜を切りさばくことが大変だったことと思います。本日も手間をかけて美味しい昼食を作ってくださいありがとうございました。

5月20日(金)

今日は、栄養教諭の先生のご説明通り、まさに和食デーでした。

鰹の塩麩焼き、はやわらかく骨もない鰹の切り身、味もとっても良かったです。塩麩は濃すぎずとても美味しかったです。調理時にはスチームコンベクションオーブンを使うのでしょうか。

ひじきの炒り煮はひじきと大豆を、特に楽しめました。下ごしらえが手のかかるメニューなのではないでしょうか。ありがとうございます。

油麩の味噌汁、郷土特産の油麩が、大きい状態でごろっと入っており、存在感がありました。口に運ぶ際、油麩は汁をいっぱい吸っていて、美味しいですね。人参、大根、しめじなどがいっぱい入った栄養満点の味噌汁でした。

ヨーグルトは、牛乳とともにお土産に持ち帰ります。今週は、赴任以来はじめて1週間で5食すべての給食をいただきました。今週もありがとうございました。

5月23日(月)

雨模様の一週間のスタートとなりましたが、今週もよろしくお願ひします。

厚揚げと豚肉の味噌炒め、厚揚げと味噌味が合いますね。我が家ではあまり厚揚げが食事に登場していなかったのが得をした気分でした。

バンバンジーサラダは、ひんやりとしていました。鶏肉、野菜などの具材に味がしっかりしみている美味しかったです。鶏肉に火を通すところから始まり、下ごしらえに手間がかかったのではないのでしょうか？

海老団子のスープ、優しい味でした。コンソメなどで味をつけたのでしょうか？また、海老団子の味もスープに溶け込むからでしょうか。これもキャベツ等の野菜との相性もバッチリでした。

オレンジも、久しぶりに食べました。柑橘系果実美味しいですね。

本日もありがとうございました。

5月24日(火)

本日は洋食型メニューでした。スコッチエッグ、フレンチサラダとヨーロッパをイメージするメニューでしたので国際線フライト時の機内食、乗り継ぎ時のヨーロッパ国際空港カフェテリアでのランチといったイメージでいただきました！

スコッチエッグは普段食べたことのないメニューでしたが、タマネギの入った手作りソース、美味しかったので最後はパンで集めて食しました。

フレンチサラダは、ブロッコリー、コーンの食感が印象的でした。ひんやり美味しいサラダで、1枚のパンに挟み、サンドイッチにさせていただきました。

パンプキンスープは、スープのベース以外にゴロツとかぼちゃが入り、人参やグリーンピースが彩りの美しさを添えていました。ボリュームもあり勿論美味しかったです。

気分だけは、事務室にかけられているカレンダーの5月写真、フィヨルド観光に出かけたようでした。ありがとうございました。

5月25日(水)

運動会の総練習、予定通り校庭で行われ、検食の時間を気にしていましたが、定刻に検食出来ました。

鯖の胡麻照り焼きは、鯖の切り身の表面に胡麻がまぶしてあり、鯖の味プラス胡麻の香りも楽しめました。小骨はありましたが、先生方に伝えていただいたので子供たちも注意して食べた事と思います。

筑前煮は、竹の子、ごぼう、人参、椎茸など野菜がゴロツと入っていて食べるのが何よりの魅力でした。大豆もやわらかく味がしみていていい感じでした。

茄子の味噌汁にも茄子、大根など野菜がたっぷり入っていてヘルシーでした。豆腐、厚揚げも美味しかったです。

いちごは、甘みだけではなく酸味も楽しめました。ショートケーキにのせたいタイプのいちごで、美味しかったです。 本日もありがとうございました。

5月26日(木)

スパゲッティナポリタン、優しく甘い味がパスタを包み、タマネギ、人参、マッシュルーム、ピーマン、ウィンナーらの具材が絡まって、口の中に様々な旨味が広がりました。食べ始めると美味しくてフォークを置くことが出来ません。

マセドアンサラダ、フランス語由来のサラダなのですね。サイの目に切られた野菜にマヨネーズをベースに作られたドレッシングが絡まって、これも食べ始めたらやめられない美味しさのサラダでした。

ほうれん草と卵のスープ、こちらは溶き卵に鶏肉、ほうれん草を中心とした具材が絡まっ

て、スープのベースの味を更に引き立てていました。とても温かく、スープが体に染みこんでいくようでした。

今日は、各メニューとも「味が絡まり美味しさが増強されていた」ことが共通点でした。そして、食べ始めたら止まらない、いわゆる三角食べが難しいほどの美味しさでした！ごちそうさまでした。

5月27日(金)

今週の締めくくりは運動会頑張ろうメニューでした。

味噌カツ丼、白い大きなどんぶりで愛知県のソウルフード味噌カツ丼が登場。碾かれた胡麻入りの味噌だれは、味も食感も素晴らしくカツによく合いました。愛知の赤だし味噌（特に岡崎市では八丁味噌）系とはまた違う魅力満載の美味しさでした。

きゅうりの梅和えは、きゅうりもかぶも人参も、しその葉が入った梅和えに馴染んで優しい酸味を楽しめました。

もずくスープは、鶏肉の旨味がしっかり感じられるスープでもずくをはじめ具たくさんでした。このスープに温麺を入れて食べてもとても美味しいだろうな、と想像しながら楽しみました。

ももゼリーでも酸味をほのかに感じる甘さを楽しめました。

味覚の刺激を感じられるメニューの組み合わせ、ありがとうございました。

5月31日(火)

本日火曜日はパンの日でした。米粉パン、甘くてもちもち、これはいけますね。米粉ばかりなのですか？少しは小麦粉も入っているのでしょうか？何も付けずにこれだけでも美味しくいただけますね。

スパニッシュオムレツ、がっちりしていますね。卵の黄色に、豚の挽肉、じゃがいもの淡色系、これに対して赤色で彩りを添えていたのは人参、パプリカでしょうか。本体自体が塩味を持っていて、これにかけられたケチャップベースのソースの甘み、酸味が混じり、味わいが深まっていました。

ごぼうサラダは、ツナがごぼう、人参、きゅうりをはじめとする具材に絡み、美味しくいただけました。また、ベーコンとキャベツを主役として、野菜を加えたこのスタイルのスープをジュリアンスープと呼ぶのですね！これは、温かくて優しい薄味で良かったです。私が学生時代にも、作って食べていました！ベーコンの代わりにコンビーフを入れても作っていましたが、これも美味しいですよ。ごちそうさまでした！