10月 給食だより

熊谷学校給食センター

暑さが残る中ではありますが、夏に比べるとずいぶんと日が短くなり、秋の訪れを感じられるようになってきました。食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、そして実りの秋。さまざまな活動に打ち込み、才能を伸ばすのにぴったりな季節がやってきます。

お月見を楽しんでみませんか？

秋の行事といえば、「お月見」です。旧暦 8 月 15 日の十五夜は「中秋の名月」と呼ばれ、夜空に浮かぶ月を眺めながら、収穫に感謝してお祝いする風習があります。中秋の名月は、別名で「芋名月」ともいい、里いもをお供えしたり、里いも料理を食べたりする習慣もあります。また、お月見に欠かせないのが、お米から作る月見団子です。地域によって異なり、満月を見立てた丸い形や、里いもの形のものなど、さまざまです。



2025 年の十五夜は 10 月６日です

みんなでお祝い！プレミアム給食

今年は熊谷市・大里町・妻沼町・江南町が一緒になって 20 年の記念の年です。みなさんからアイディアを募集し、決定したメニューを紹介します。

さっぱりサラダ

熊谷産のきゅうりを使用する予定です。熊谷市では、春と秋に収穫できるきゅうりを生産しています。

ブルーベリークリームパン

今年 6 月～7 月に江南地域で収穫されたブルーベリーをジャムに加工して使いました。パン屋さんに特別に作っていただいたパンです。

熊谷誕生うどん

熊谷市は県内で小麦の生産量が最も多い地域です。「くまがやうどん」は、「さとのそら」と「あやひかり」の２種類の小麦をブレンドして製造された麺です。給食では、埼玉産の小松菜やえのきたけと一緒に煮込みうどんにしました。

©熊谷市

〈給食提供予定日〉

A コース：10 月 15 日（水）　B コース：10 月 10 日（金）

中学校コース：10 月 14 日（火）

プレミアム給食レシピ　～ラグビーかぼちゃのミートソースグラタン～

【材料　4 人分】※副菜としての分量です。2 倍の量でつくると主菜としても楽しめます。

- かぼちゃ　正味 140ｇ（中サイズ約 1/8 個）
- 玉ねぎ　60ｇ（中サイズ約 1/4 個）
- 市販のミートソース　80ｇ（約 1/2 人前）
- ピザ用チーズ　40ｇ
- サラダ油　小さじ 2



給食では熊谷産のロロンかぼちゃ“ナイストライ“を使います。ハロウィンにもぴったり！

【作り方】

① かぼちゃは 1 ㎝弱の薄切りにし、食べやすい大きさに切って水にぬらす。耐熱皿に平らに並べてラップをふんわりとかけ、600 Wにセットしたレンジで 2 分ほど加熱し、そのまま蒸らしておく。

② 玉ねぎはみじん切りにしてフライパンに入れ、サラダ油を加えて中火にかける。透き通ってくるまで 3 分くらい炒める。

③ ②のフライパンにかぼちゃとミートソースを入れて温める。耐熱皿に移し、ピザ用チーズをのせる。

④ 200℃に余熱したオーブンまたはトースターで 10～15 分ほど焼く。チーズがとけて焼き色がついたら完成。