

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の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。



〈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1cm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、600W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。

