

# 給食だより



三重大学教育学部附属中学校

## 食中毒にご用心



ジメジメと蒸し暑い梅雨の時期は、食中毒を起こす細菌が繁殖しやすい季節です。

給食室では、食中毒を起こさないよう細心の注意をはらって調理をしています。

給食が口に入るまで安全なものであるよう、手洗いをする、清潔なハンカチを持ってくる事などを心がけましょう。

お弁当は、ハムや竹輪なども加熱調理する、汁気の少ないおかずにする、十分に冷ましたものを弁当箱に詰めるなどの配慮をしましょう。



## 油が変わりました

今年度より給食に使用する油を、桑名の「こめ油」に変更しました。この「こめ油」は、国産のお米を原料としており、遺伝子組み換え等の心配がない安心・安全な油です。また、油が酸化しにくい、コレステロールを低下させるなどの報告もあります。

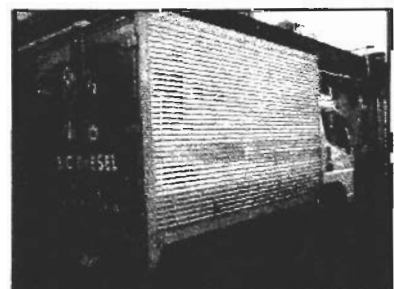
「サラダ（のドレッシング）がおいしくなった」、「揚げ物がからっとしている」、という声も聞かれ、油っこさの少ない、素材の味を生かした給食になりました。

地域のものを使用することは、良いものを供給していただいている地域の産業を守る事にもつながります。地場産物をいかした、安全でおいしい給食作りに努めます。

## 廃油をリサイクルしています

5月から、使用後の揚げ油（廃油）をリサイクル業者に引き取っていただいています。この廃油はバイオエネルギーとして生まれ変わります。

環境にも配慮した給食づくりを心がけたいと思います。



（写真）廃油回収業者のトラック

廃油からできたオイルで走っています。



# 平成21年 7月の学校給食献立予定表

附属中学校

日付 熱量 たんぱく 脂質	献立名	使用材料			
		血や肉・骨になる	熱や力になる	体の調子を整える	その他
1 (水) 807k 31.4g 23.4g	蒸しパン	鶏卵 脱脂粉乳	蒸パンミックス(乳製品入)		
	イカ入り焼きそば	豚肉 いか	焼きそば麺 油	にんじん 玉葱 キャベツ もやし	白ワイン 焼きそばソースの素 塩
	わかめスープ	ベーコン わかめ	でん粉	干し椎茸 葱	ウスターソース こしょう
	牛乳	牛乳		筍 にんじん	鶏ガラスープ コンソメ 醤油 塩 こしょう
2 (木) 835k 31.1g 25.1g	麦入りごはん		米 強化米 麦		
	鶏肉のさっぱり煮	鶏肉	砂糖	生姜 にんにく	醤油 りんご酢 みりん 酒
	さやいんげんの白みそ和え	白みそ	練りごま ごま 砂糖	さやいんげん	塩 みりん 酒
	じゃが芋のきんぴら煮		じゃが芋 油	糸こんにゃく にんじん	醤油 酒
牛乳	牛乳	ごま油 砂糖			
3 (金) 818k 34.1g 31.7g	セルフフィッシュサンド	鮭 鶏卵	ロップパン(脱脂粉乳入)		塩 こしょう
	ボイルキャベツ		小麦粉 パン粉 油	キャベツ にんじん	
	タルタルソース(一食用)		タルタルソース(卵入り)		
	カレー風味の野菜スープ	ベーコン	油	玉葱 セロリー にんじん パセリ	鶏ガラスープ 醤油 コンソメ カレー粉 塩 こしょう
アセロラゼリー		アセロラゼリー			
牛乳	牛乳				