



# 10月の給食だよ!

塩竈市立玉川中学校  
令和3年9月29日

10月27日から11月9日までは読書週間です。読書週間にあわせて、図書室とコラボメニューということで、本に書いてある料理を給食の献立にとりいれました!今月のコラボメニューは、小川糸「食堂かたつむり」より、“フルーツサンド”“ジュテームスープ”です。給食でも食べやすいように、アレンジしました。小説が気になった方は、図書室に足を運んで本を借りてくださいね。

## 給食目標 運動と栄養について考えましょう



### 塩竈市学校給食栄養士会による塩竈市 YouTube公式チャンネルでの情報発信

パパッと朝ごはん!自分で朝食を作ってみよう☆塩竈市学校給食栄養士会では、朝ごはんを自分で作って、食べるきっかけづくりとして、小学生が自分で作る朝食レシピ動画を作りました。塩竈市の名産品である「水産練り製品」を使用しています。今年度は全部で3本、公開予定です。ぜひ、見てね!

パパッと朝ご飯!第1弾

「ちくわdeのり巻き」



～ お知らせ ～

お弁当日

10月13日(水)	全校弁当日
10月25日(月)	1・2年生お弁当日
10月26日(火)	全校お弁当日

ご準備をお願いします



## 第9回 全国醤油サミットin塩竈 醤油の豆知識講座



塩竈市で行われる全国醤油サミットがいよいよ来月に近づいています。給食では、10月に大久保醸造の甘露醤油(再仕込醤油)を使用した「煮卵」、11月には日東醸造の白醤油のパック醤油や末廣醤油のうすくちかけ醤油を使用した「厚焼卵」を提供します。お楽しみに!!  
様々な醤油を給食でも味わいますので、今回は醤油の豆知識講座で醤油の奥深さをご紹介します。

- 醤油の原料  
醤油の基本原料は大豆・小麦・食塩です。大豆はたんぱく質がアミノ酸に分解されることで“うまみ成分”に、小麦はでんぷんがブドウ糖に分解されることで“甘みや香りのもと”になります。そして、食塩はこれらを雑菌から守りつつ、時間をかけて醸造させるのに欠かせません。
- 醤油は全部で5種類  
白醤油：素材を活かすNo.1(茶わん蒸し、お吸物)  
淡口醤油：関西料理でお馴染み(出汁巻き卵、和え物)  
濃口醤油：江戸時代に確立した万能醤油(つけ醤油、かけ醤油)  
再仕込醤油：醤油で醤油を仕込む贅沢な醤油(赤身の刺身、料理の隠し味)  
たまり醤油：濃厚さとうまみNo.1(焼き餅、煮つけ)

関連情報を  
随時発信  
します!  
(塩竈市の  
ホームページ  
へ移動し  
ます。)

それぞれ特徴があり用途が異なります。お試しになりたい方は、市内の荻原醸造

太田興八郎商店で購入することができます。

