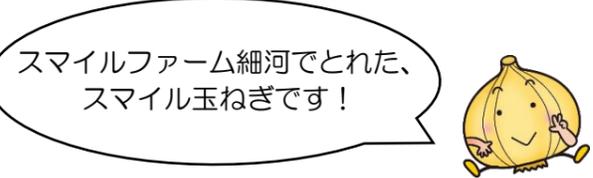


9月 給食だより

令和4年 9月
池田市立学校給食センター

長い夏休みが終わり、2学期が始まりました。夏休み中に生活リズムが不規則になっている人はいませんか？生活リズムを整えるためには、早寝早起きをして、1日3回食事をしっかりとることが大切です。暑い日が続きますが、毎日元気に過ごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。

池田市内でとれた『スマイル玉ねぎ』が登場します！



なぜスマイルという名前なのか？
池田市古江町の『スマイルファーム細河』という場所で作られた玉ねぎが『スマイル玉ねぎ』です。この名前には、「子どもたちを笑顔にしたい」という思いがこめられています。『スマイル玉ねぎ』を育てて下さったみなさんに、畑の作業についてインタビューしました。

嬉しい時はいつですか？
農作物が大きく育って、収穫できた時です。畑の作業を通して、明るい気持ちになります。



辛いことは何ですか？
雨が降ると作業ができなくなることです。もう少しで収穫できる食べ物を、鳥やシカ、イノシシなどに、食べられてしまったことです。



十五夜と行事食

2022年の十五夜は9月10日です。
給食では9日がお月見献立です！

十五夜は『中秋の名月』ともいい、1年で最も月がきれいに見えることから、月を眺める風習があります。農作物を収穫する時期なので、収穫に感謝して季節の野菜や果物などをお供えします。

月見団子

満月に見立てた丸い団子を15個お供えします。数や形は地域によってさまざまです。

里いも料理

十五夜は別名で「芋名月」ともいい、里いもをお供えしたり、「きぬかつぎ」などの里いも料理を食べる風習があります。

＜学校給食用半製品の材料＞ 保存料は使用していません						《除去副食用》					
29日(月)	29日(月)	8/30(火)・9/8(木) ・26日(月)	30日(火)	31日(水)	9/1日(木)	5日(月)・14日(水)	5日(月)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	
白身魚フライ(50g)	かつおふりかけ(2g)	さつま揚げ	鶏つくね	チキンカツ(50g)	★豆腐ハンバーグ(60g)	ミートボール(小)	わらびもち	カレーミンチカツ(50g)	厚揚げ	★さば切身(50g)	
ほき衣 パン粉(小麦) 小麦粉 でん粉 食塩 (一部に小麦大豆を含む)	調味顆粒 ぶどう糖 砂糖 食塩 鯉節粉 とうもろこしでん粉 デキストリン 酵母エキス 抹茶 味付鯉削り節 鯉削り節 砂糖 食塩 酵母エキス 椎茸エキス 海苔 貝カルシウム セルロース 酸化防止剤(ビタミンE)	魚肉 イトヨリ 助宗 エソ でん粉 砂糖 ぶどう糖 揚げ油(菜種)	鶏肉 〔つなぎ〕 でん粉 パン粉(小麦) 粉末状植物性たん白(小麦・大豆) 玉ねぎ 粒状大豆たん白(大豆)	鶏ムネ肉 衣 パン粉(小麦) 澱粉加工品 砂糖 食塩 植物性タンパク(小麦) コショウ 酵母エキス 加工澱粉 増粘多糖類(一部に小麦・鶏肉を含む)	植物性たん白(大豆) たまねぎ 鶏肉 豆腐 豚脂 でん粉 みりん 調味料 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料 加工デンプン セルロース 炭酸Ca ピロリン酸鉄 豆腐用凝固剤(一部に大豆・鶏肉・豚肉を含む)	豚肉 鶏肉 たまねぎ パン粉(小麦) でん粉 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料	砂糖 水あめ きなこ 加工デンプン ソルビトール 添加物製剤 ・増粘多糖類 ・酸味料	鶏肉 鶏レバー パン粉 小麦粉 砂糖 ショートニング 大豆 イースト 食塩 バターミックス 小麦粉 澱粉 植物性蛋白 植物性油脂 食塩	玉葱 豚脂 ケチャップ 小麦粉 砂糖 玄米発酵調味料 みりん カレー粉 食塩	大豆 食塩 揚げ油(なたね油) 加工デンプン 凝固剤塩化Mg ピロリン酸鉄 増粘剤(キサンタンガム) (一部に大豆を含む) いか天ぷら(50g) いか(赤いか) 小麦粉 澱粉(コーン) ベーキングパウダー 食塩 揚げ油(なたね)	さば
9日(金)	12日(月)・20日(火)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	20日(火)	21日(水)		
月見だんご(40g)	厚揚げ(小)	しゅうまい(10g)	お好み焼き(50g)	白身魚のフリッター(20g)	マーシャルビーゼンス(10g)(乳含む)	海藻ミックス	パオシュウ(25g)	さば味噌煮(50g)	★たこナゲット(20g)		
米粉 砂糖 植物油 加工でん粉 酵素(大豆由来) クチナシ色素	大豆 食塩 揚げ油(なたね油) 加工デンプン 凝固剤塩化Mg ピロリン酸鉄 増粘剤(キサンタンガム) (一部に大豆を含む)	豚肉 たまねぎ パン粉(小麦) でん粉 しょうがペースト 調味料 砂糖 食塩 酵母エキス ポークエキス [皮] 小麦粉 還元水あめ	キャベツ ミックス粉 小麦粉 米粉 食塩 グラニュー糖 小麦でん粉 ぶどう糖 たん白加水分解物 増粘剤(グァーガム) キサンタンガム 植物油 天かす 豚肉 かつおだし	タラ 〔衣〕 小麦粉 沖あみ 澱粉(コーン) 砂糖 米粉 食塩 アオサ 揚げ油(大豆) ベーキングパウダー	食用油脂 植物油(大豆) 加工油脂 砂糖 大豆粉(大豆) ココアパウダー ぶどう糖 脱脂粉乳(乳) 食塩 炭酸カルシウム 植物レシチン(大豆) 香料	乾燥わかめ 乾燥茎わかめ 乾燥昆布 たまねぎ キャベツ たけのこ 豚脂 しいたけ 粒状大豆たん白(大豆) でん粉 パン粉(小麦) 調味料 (カツオ粉・コンブ粉・ホタテ粉) しょうゆ	小麦粉加工品(小麦) ごま油(ごま) 香辛料 酵母エキス 【皮】 小麦粉 こんにやく粉 大豆粉末(大豆) 食塩 砂糖 小麦でん粉(小麦) 粉末状小麦たん白(小麦)	さば 砂糖 みそ 本みりん 米粉 21日(水) とうもろこしペースト スイートコーン	魚肉 たこ いか たちうお 植物油 発酵調味料 豚脂 砂糖 食塩 大豆粉(大豆) 粉末状大豆たん白(大豆) 香辛料 (ホワイトペッパー) 酵母エキス	〔衣〕 小麦粉 食塩 糖類 ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 でん粉 大豆粉(大豆) 植物油 揚げ油(なたね) 加工デンプン トハラコース ベーキングパウダー	
22日(木)	22日(木)	26日(月)	27日(火)	27日(火)	27日(火)	27日(火)	28日(水)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
れんこんのはさみ揚げ(50g)	おはぎ(30g)	ミルク(ココア)(8g)	なめし(まぜごはん)	ポテトコロッケ(50g)	スティックチーズ(10g)	フランフルトソーセージ(40g)	いちじくジャム(15g)	かき揚げ(50g)	ダイスゼリー(ぶどう)		
れんこん パン粉(小麦) バターミックス 鶏肉 玉ねぎ 食塩 コショウ 〔バター内訳〕 食塩 香辛料 とうもろこし澱粉	植物繊維 酵母エキス 加工澱粉 (タビオカ) 増粘剤 〔パン粉内訳〕 小麦粉 イースト 食塩 ショートニング ぶどう糖 イーストフード V.C	小豆粒あん もち米 麦芽糖 トレハロース 食塩	砂糖 ぶどう糖 ココア 食塩 炭酸Ca 植物レシチン(大豆) 香料 V.C V.B1 V.B2	塩蔵青菜 広島菜 京菜 大根葉 砂糖 食塩 酵母エキス 鯉削り節粉末 胡椒	じゃが芋 玉葱 砂糖 醤油 食塩 白ワイン 食用大豆油 胡椒	〔衣〕 パン粉 小麦粉 植物性ショートニング(バーム) 砂糖 イースト 食塩 イーストフード、VC バターミックス 小麦粉 ライ麦粉 コーンフラワー 増粘剤(グァーガム)	ナチュラルチーズ(乳) 乳化剤 食塩 砂糖 香辛料 白コショウ カルワイ	豚肉(豚脂脂肪) 食塩 砂糖 水飴 ベクテン クエン酸 硫酸Ca クエン酸三Na	いちじく 砂糖 水飴 ベクテン クエン酸 硫酸Ca クエン酸三Na	野菜 たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく 小麦粉 食塩 粉末状植物性たん白 揚げ油(バーム) 調味料(アミノ酸等) ベーキングパウダー カロチノイド色素(一部に小麦・大豆を含む)	糖類 果糖ぶどう糖液糖 砂糖 果糖 ぶどう果汁 ゲル化剤 酸味料 香料 ビタミンC クエン酸鉄Na 着色料 クチナン 紅麹