

給食だより

令和7年 11月号

東京都立墨東特別支援学校
校長 西岡 陽子

朝夕の冷え込みが強くなり、秋の深まりを感じる季節となりました。

11月23日は「勤労感謝の日」です。もともとは秋の収穫を祝い、自然の恵みに感謝する日でしたが、今では「働く人に感謝する日」として、私たちの生活を支えてくれているさまざまな仕事に「ありがとう」を伝える日となりました。給食も、たくさんの人の働きによって成り立っています。農家さん、食材を運ぶ配送業者さん、調理員さんや栄養士など、多くの力が合わさって皆さんののもとに届けられています。そこで、今月は給食室での麻婆豆腐を作っている様子を紹介します。



①鶏ガラのパックで、じっくり出汁をとります。野菜の皮や切れ端も入れて、野菜のうま味も引き出します。



②豆腐は、かき混ぜるときに崩れないように、あらかじめ蒸しておきます。



③回転釜でひき肉と切った野菜を炒めていきます。



毎年11月15日は七五三です。七五三は、子どもの成長を祝う日本の伝統的な行事で、男の子は3歳と5歳、女の子は3歳と7歳に祝うのが一般的です。三歳、五歳、七歳にお祝いするようになったのは、平安時代に公家で行われていた節目の行事である、「髪置き」「袴着」「帯解き」に由来すると言われています。



この日の献立……………
牛乳、ご飯、麻婆豆腐、
辣白菜、トマトスープ
○麻婆豆腐は11月にも
登場します！



④すべてに火が通ったら、最後に豆腐とニラを加えて完成です。ニラは最後に入れることで、香りと綺麗な緑色を残すことができます。

11月の献立から

4日：十三夜 栗ごはん

十三夜とは旧暦の9月13日の夜を指しています。満月ではないですが、この日の月は十五夜の次に美しいとされ、お月見をするようになりました。また、十三夜は栗や豆の収穫祝いを兼ねているため、「栗名月」や「豆名月」とも呼ばれています。

5日：チーズ入りかぼちゃコロッケ

絵本の『みしのたくかにと』を題材として、かぼちゃを使った料理が登場します。このお話は、勉強ばかりして孤独だった王子様が、自分の生活に息苦しさを感じていたところに、おばあさんの育てた“かぼちゃ”を通して、街の子どもたちと関わり、人と一緒に過ごすことや食べることの喜びを知る物語です。「学ぶことは勉強だけではなく、人とのつながりや日々の生活の中にもある」ことを大切にしてほしいと思っています。

28日：墨東祭 手作り焼豚まん

28日・29日の墨東祭、とても楽しみです。給食では手作り焼豚まんが登場します。皆さんぜひ、給食も楽しみにしてください(▽)/