

# 三小タイムズ

令和3年3月23日発行 校長 辻 久恵

## 給食室探検 ~行事食編~ひな祭り

### ちらし寿司



- ①お酒と昆布と水を入れてご飯を炊きます。



- ②酢、砂糖、塩を、加熱し、すし酢を作ります。



- ③かんぴょう、椎茸、油揚げ、人参を調味料で煮ます。



- ④絹さや、エビ、かまぼこは塩、酒をふりスチームコンベクションで加熱処理をし、その後、真空冷却器で冷まし、きれいな色に仕上げます。



- ⑤ ①~③を混ぜ合わせ米飯缶に配食します。



- ⑥絹さや、エビ、かまぼこをごはんに散らして完成！！



### 菜の花のおひたし



- ①菜の花、もやし、人参を別々にスチームコンベクションで蒸し調理をし、真空冷却機で急速冷却させます。そうすることで鮮やかな色を保ち、栄養も逃がさず調理できます。  
②しょうゆ、みりんを火にかけ冷水で冷まし、冷蔵庫に保存します。給食を提供するギリギリに野菜にかけて、教室で混ぜて配食します。

### ひなあられ



### うしお汁



- ①昆布、削り節で出汁を取ります。  
②あさりはお酒につけ臭みをとります。  
③花鮨は出汁に漬けてもどします。  
④たけのこ、大根、エノキ、水菜、ねぎをカットします。  
⑤だしの中へねぎ以外の食材を入れ沸騰させ、調味料で味を整え、最後にねぎを入れて完成です。

### ～一年を終えて～

今年度は、コロナウィルスの影響で、給食室もかなり緊張した一年間でした。日頃、食中毒や異物混入のニュースをテレビなどで目にすると、明日は我が身という気持ちにさせられます。どんなに気をついているつもりでもヒューマンエラーは絶対起きないとは言い切れないのです。もちろん、努力で事故へのリスクは減らせますが、細心の注意を払っても絶対はないのです。そんな中、三小の給食は、この一年間、大きな事故もなく無事に終われたことに安堵し嬉しく思っております。これは、給食室のメンバー一人一人の安全な給食を作ろうという意識の高さと努力の賜物です。コロナウィルスに関しては、いつ自分が加害者になってしまうかもしれないという不安もあり、勤務時間外であっても気の休まることがなかったように感じます。しかし、三小の子どもたちの「ごちそうさまでした」「おいしかったです」の声掛けに癒されました。

食中毒もウィルスも慣れることのないように、常に気を引き締めて、来年度も頑張りたいと思います。

一年間、ありがとうございました。

給食室一同

**給食室の皆さん、一年間、安全でおいしい給食をありがとうございました！**