

がつこのか  
9月9日（水）すくすく通信

# ひ じょうしょく 非常食 (きゅうきゅうごもく 救給五目ごはん・根菜汁) こんさいじる

しょうわ ねん がつこのか おきの えら ぶたいふう しま  
昭和52年9月9日は、沖永良部台風がこの島を  
ちよくげき ひ  
直撃した日です。

ことし たいふう ごう 10号の えいきょう 影響で、ふね けっこう  
今年台風9号・10号の影響で、船が欠航にな  
り、よていとお きゅうしょく だ  
り、予定通りの給食が出せなくなりました。きょう  
今日は  
ひ じょうよう びちく きゅうきゅうごもく  
非常用に備蓄してあった「救給五目ごはん」と  
きゅうきゅうこんさいじる ていきょう  
「救給根菜汁」を提供します。

こんさいじる  
※根菜汁は、おぼんの上で、たお 倒れやすいです。た  
食べる  
ときは、こぼれないようにき っ  
気を付けましょう。



こんかい きゅうしょく おお かま ぶくろ あたた  
今回は、給食センターの大きな釜で袋ごと、温めています。

9月11日(金) すくすく通信

# ちなちゅうせい こんだて 知名中生の献立です！

今日の給食は、知名中3年生の保健体育部のみな

さんが立てた献立です！

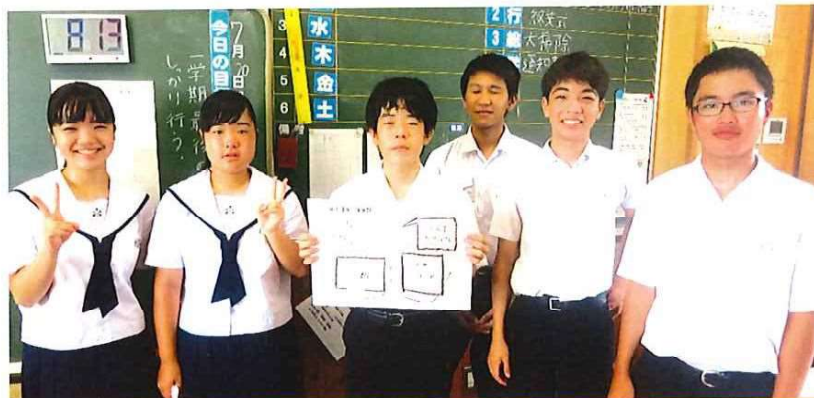
体育大会や運動会練習で疲れていても、食欲のわ

く、食べやすい韓国料理を取り入れました。

また、沖永良部島の特産品であるきくらげを使った

ナムルも考えました。

きざみのりは、ビビンバにかけて食べてくださいね。



知名中3年生・保健体育部のみなさん♪



かつ にち げつ つうしん  
9月14日(月) すくすく通信

# ちゃ む 茶わん蒸し

きょう きゅうしょく ちゃ む はつちょうせん  
今日は給食で、「茶わん蒸し」に初挑戦します！

ちゃ む ぐ したあじ とりにく  
茶わん蒸しの具には、下味をつけた鶏肉・しめじ・かま  
ぼこ・ほうれん草そうを入れていきます。

ぶし たまご ま あ しかく  
かつお節でとっただしと 卵たまごを混ぜ合わせて、四角い  
トレーに流し入れ、20分蒸して作りました。

かさ  
重ねることができないので、パン箱に入れていきます。

てぶくろ つか じょうす はいぜん  
手袋てぶくろを使って、上手じょうすに配膳はいぜんしましょう。

おいしく作るよー！



ぐ ほうれん草そう  
具は、ほうれん草と  
とりにく・かまぼこ・しめじを  
い  
入れていきます。



ぶし  
かつお節でとっただしと  
たまご ま  
卵たまごを混ぜて、なが い  
流し入れます。





がつ にち つうしん  
9月23日（水） すくすく通信

# はちみつ



かいそう たけもと たけお  
海藻サラダのドレッシングに、武元 竹夫さんの「はちみつ」を使わせてもらいました。

すみよししょうがっこう ちか すばこ はんとし  
住吉 小学校の近くに 16 コの巣箱があり、半年ほど  
かけて、約 10 k g のはちみつが採れたそうです。

あつ みつ はな しゅるい  
みつばちの集める蜜の花の種類によって、はちみつの  
あじ へんか  
味が変化するそうですよ。

じもと しょくざい あじ  
地元の 食 材を味わってくださいね♪



たち  
みつばち達が  
はな  
花のみつを集めて、  
あつ  
巣箱に帰ってきました！  
すばこ かえ



かい すばこ  
2階だての巣箱と  
かい すばこ  
1階だての巣箱があります♪  
じょうおうばち かい す  
女王蜂は1階に住んでいます！

がつ にち すい つうしん  
9月30日（水）すくすく通信

# こくさんぎゅうにく 国産牛肉の



## むしょうていきょう 無償提供

くに のうすいちくさんぶつおうえん つくさんぎゅうにく  
国の農水畜産物応援プロジェクトにより、国産牛肉

む しょうていきょう  
を35kg無償提供していただきました！

きれいにサシが入っていて、炒めていくと甘い香りが給食センター中に広がります。

野菜もたっぷりのビーフストロガノフですので、よく噛んで食べてくださいね。

いた 炒めて、あぶら と のぞ 脂を取り除いています！

