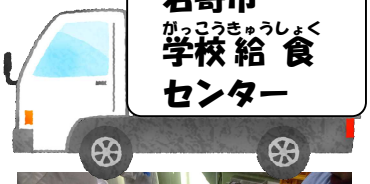
令和７年
８月特別号

いただきたいむ

名寄市
学校給食センター

生産者紹介コーナー　～番外編～

令和６年度のいただきたいむより、度々『生産者紹介』をしています。給食に使われている食材を作っている様子や、どのような人がどのような思いを持って生産してくださっているかを知ってもらいたい！という思いで始めました。今回は番外編ということで、給食を作っている様子を紹介します！



給食で使う食材は基本的に当日の朝、納品されます。
食材の安全性を確かめます！

野菜についている土や虫をきれいに洗い流します。
他の食材も丁寧に確認！

機械を使ったり、時には手切りで、食べやすい大きさに切りそろえます。

たくさんの食材を大きな釜で調理します。
暑さや重さとの戦い！

出来上がると学校ごとに配食します。素早さ、正確性の求められる作業です。

配送や片付けまでが仕事です。おいしく食べてもらえると嬉しいです！

★アレルギー給食・乳糖不耐症の申請について

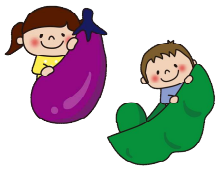
在学中にアレルギーが発症した場合や新たにアレルギー給食対応を希望される場合は、年度途中からでも対応することができます。アレルギー給食をご希望の方は、学校に相談の上、マニュアルに沿って申請を行ってください。

また、乳糖不耐症についても年度途中から対応可能です。アレルギー給食同様、学校に相談の上、申請を行ってください。

令和７年
８月特別号

いただきたいむ

名寄市
学校給食センター



夏にぴったり！

児童生徒に人気の夏野菜レシピ・スタミナレシピを紹介します♪

きゅうしょくレシピ

★なすのミートソース スパゲティ

＜材料：　４人分＞

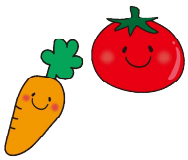
豚ひき肉	１００ｇ
にんじん	５０ｇ
玉ねぎ	４５０ｇ
なす	５０ｇ
＊ケチャップ	１２０ｇ
＊トマトピューレ	１００ｇ
＊ウスターソース	小さじ４
＊赤ワイン	小さじ１
＊砂糖	小さじ２/３
＊粉チーズ	１５ｇ
食塩	少々
こしょう	少々
油	小さじ１/２
乾燥パセリ（お好みで）	

＜作り方＞

① 野菜を洗い、皮をむく。にんじん・玉ねぎはみじん切り、なすは半月切りにする。
② 鍋に油をひいて豚ひき肉を炒める。火が通ったら、にんじん、玉ねぎ、なすの順に炒める。
③ 全体に火が通りしんなりしたら、＊の調味料を加えて煮込む。
④ 食塩、こしょうを加えて味を整える。
⑤ 酸味がとび全体的に汁気がなくなったら、ゆでたスパゲティにかけ、乾燥パセリをふって完成！

▶赤ワイン、粉チーズは入れるとコクが生まれて味わい深くなります。
▶舞茸などのきのこ類を入れるのもおすすめです。他の野菜と同じように、みじん切りにしてください。

ケチャップ味は不動の人気☆



★豚キムチ炒め

＜材料：　４人分＞

豚肉	８０ｇ
玉ねぎ	１００ｇ
にんじん	２５ｇ
キャベツ	１００ｇ
もやし	８０ｇ
にら	１５ｇ
白菜キムチ漬け	４０ｇ
しょうゆ	小さじ３
白いりごま	小さじ１
油	小さじ１
ごま油	小さじ１/２

＜作り方＞

① 野菜を洗い、皮をむく。にんじん・玉ねぎ・キャベツは１㎝幅にスライスし、にらは長さ３㎝に切る。
② フライパンに油をひき、豚肉の色が変わるまで炒める。
③ ②のフライパンににんじん、玉ねぎ、キャベツ、もやしの順に入れ、炒める。
③ 全体に油がまわり、火が通ったら、白菜キムチ漬けを入れて炒める。
④ にら、しょうゆ、白いりごまを加えてさっと炒める。
⑤ 香りづけにごま油を回し入れて、完成！

▶お好きな具材で作っていただけます。キムチの種類によって味が少し変わるので、調味料の量などを調整してください。

キムチでガツンと！！ごはんも野菜もモリモリ食べられる！！