

2020
令和2年

11

シムジチ

●いもの日……………16日

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 旧9/16 赤口	2 旧9/17 先勝	3 旧9/18 反引 文化の日	4 旧9/19 先負	5 旧9/20 仏滅	6 旧9/21 大安	7 旧9/22 赤口
8 旧9/23 先勝	9 旧9/24 反引	10 旧9/25 先負	11 旧9/26 仏滅	12 旧9/27 大安	13 旧9/28 赤口	14 旧9/29 先勝
15 旧10/1 仏滅 七五三	16 旧10/2 大安 いもの日	17 旧10/3 赤口	18 旧10/4 先勝	19 旧10/5 反引 食育の日	20 旧10/6 先負	21 旧10/7 仏滅
22 旧10/8 大安	23 旧10/9 赤口 勤労感謝の日	24 旧10/10 先勝	25 旧10/11 反引	26 旧10/12 先負	27 旧10/13 仏滅	28 旧10/14 大安
29 旧10/15 赤口	30 旧10/16 先勝	1	2	3	4	5

2020 10

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2020 12

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



中心温度計

中心温度計とは食品内部の温度を測定する機器です。学校給食では、食中毒を防ぐために、食品に火を加えて、温度がきちんと上がっているのか確認するため、内部の温度を測定することが決められています。(75°Cで1分以上、ノロウイルスの原因となる食品は85°Cで90秒以上)。

また、和え物、サラダなど冷たい状態で提供する料理も、加熱後、冷まして、仕上がり温度が20°C以下に下がっているか中心温度計を使って測定します。

ウサチー

ウサチーとは、沖縄の方言で酢の物や和え物料理という意味です。地域によっては「イエムン」「エイ」「ナマシ」「スーナー」と呼ぶところもあります。ゴーヤーや、もずく、マーミナ(もやし)、モーウイなどを酢やシークワサーを使ってさっぱりとした味付けに仕上げる一般的な酢の物の他にも、ミミガーを野菜とピーナツで和えたピーナツ和えや、ハンダマ、ふだんそうなどを酢とみそで和えた、酢みそ和え、島豆腐をベースに、SNSナバー(にがな)などを和えた白和えなどがあります。

使う食材に特に決まりはなく、旬の食材を使います。



ありがとう 生き物たちの命に 感謝しよう
いい香り 集中できない 四校時

沖繩高等特別支援学校 2年5組 金城実加
渡嘉敷村立渡嘉敷小学校 6年1組 出野 杏星

かたいちがな なんかしくわっち〜
沖繩県学校栄養士会

公益財団法人 沖繩県学校給食会

〒900-0029 沖繩県那覇市旭町115番地15 TEL (098) 867-1493
E-mail: okigakkyu@okigakkyu.or.jp URL://www.okigakkyu.or.jp/
— 学校給食会ホームページでも「かたいちがな なんかしくわっち〜」をご覧ください —