

平成 29 年 4 月 10 日 (月)

中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 さわらの香味焼き

ほうれん草とたくあんのごまあえ 豚肉とごぼうのみそ汁 黒糖ビーンズ



【ひと口メモ】

旬の魚「さわら」について知ろう

(食事と文化)

「さわら」は漢字で書くと魚へんに春（鱸）と書きます。漢字があらわす通り、さわらは春が旬の魚です。俳句でも、さわらは春の季語になっています。さわらは、全国の沿岸に広く分布していますが、特に、瀬戸内海に多いので、私たちには、なじみの深い魚です。水分が多く、身が柔らかい魚で、塩焼きや照り焼きの他、味噌とよく合うので、味噌づけにしてもおいしく食べることができます。

今日は、給食センター特製の香味みそで味付けた香味焼きです。旬のさわらを味わってください。



平成 29 年 4 月 10 日 (月) 第二学校給食センター

【献立名】

麦ごはん 牛乳 さばの幽庵焼き キャベツのしらすあえ 豚汁



【ひと口メモ】

和食の食器を置く位置

今日の給食は和食の献立です。和食は平成 25 年にユネスコ無形文化遺産に登録され、外国でも人気があります。

さて、和食には健康的な栄養バランスになる食事のスタイルがあります。ごはんは左、お汁は右、主役となるおかずは右の奥、そのたのおかずは左の奥、つけものは真ん中、というスタイルです。

今日の給食だと、麦ごはんが左、豚汁が右、さばの幽庵焼きとキャベツのしらすあえが真ん中の奥という風に置きます。和食の正しい食器の置き方を、給食で練習してみてくださいね。



平成29年 4月 10日(月)

飯山学校給食センター

【献立名】

麦ごはん 牛乳 魚のレモン風味
ほうれん草とたくあんのごまあえ
豚肉とごぼうのみそ汁

《今日の丸亀産の食材》

人参・ねぎ・ほうれんそう・チンゲンサイ



【ひと口メモ】

「食器の並べ方」

今日の給食は和食の献立です。食器を正しく置けていますか？

まず、「麦ごはん」は手前の左側。「豚肉とごぼうのみそ汁」は右側。奥に「魚のレモン風味」と「ほうれん草とたくあんのごまあえ」です。和食ですので、お皿の上側にお魚、下側にあえものがくるように置きましょう。

正しい食器の並べ方をして、気持ちよい食事をしましょう。

