

平成 29 年 6 月 29 日 (木)

中央学校給食センター

【献立名】 ナン 牛乳 ドライカレー 元気サラダ  
ミニトマト 焼きプリンタルト



【ひとロメモ】

## インドの食文化を知ろう

(食事と文化)

仏教の発祥の地であるインドは文明の起こりも早く、歴史のある国です。広い国土にたくさんの民族が住み、宗教や食習慣などに独自の伝統を持っているといわれます。インドといえばカレーといわれるくらい有名ですが、スパイスの豊富なインドでは、各家庭で何種類ものスパイスを用いている色々なカレーを作るそうです。中に入れる材料もたくさんの種類があるので毎日食べてもあきることはありません。年中暑いインドでは、カレーは胃の働きをよくしたり、汗を出して暑さをのりきるために役立っています。インドの北部では、ナンやチャパティなどのパンが主食で、これにカレーをつつんで食べます。今日の献立は垂水小学校のリクエスト献立です。

インドに行った気分で、味わって食べてください。

平成 29 年 6 月 29 日 (木) 第二学校給食センター

【献立名】 スイートロール 牛乳 なすとトマトのスパゲティ  
子いわしのフライ ゆで枝豆 キャンディチーズ



【ひとロメモ】



## パスタについて

スパゲティなど主に小麦粉で作った麺のことをイタリア語で「パスタ」といいます。日本の麺と違うところは、細長い形にこだわらず、だんご状の「ニョッキ」、チョウの形の「ファルファッレ」、貝の形の「コンキリエ」などがあります。直径1mmの小さい粒状の「クスクス」は世界最小のパスタといわれています。

イタリアには地方独特のものも含め650種類ものパスタがあるといわれており、毎年のように新しい種類が発表されています。日本では60種類ほどのパスタが市販されています。どんな形のパスタがお店で売られているか見てみるのもおもしろいですね。



平成 29 年 6 月 29 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】

ナン 牛乳 ドライカレー 元気サラダ  
ゆでとうもろこし 焼きプリンタルト

《今日の丸亀産の食材》

トマト・にんにく・玉ねぎ・  
きゅうり・キャベツ



【ひとロメモ】

# とうもろこし

今日の給食に出ているゆでとうもろこし、甘くておいしいですね。とうもろこしの旬は、6月～9月と言われており、今が一番おいしい季節です。

では、ここでクイズです。とうもろこしは何の植物の仲間でしょう？

- ① そら豆                      ② 米                      ③ 菜の花

正解は、②米の仲間です。とうもろこしはイネ科の植物に分類されるため、米の仲間です。とうもろこしの一粒、一粒に食物繊維が含まれていますので、きれいに食べるとおなかもきれいになりますね。

