

【献立名】 萩ごはん (一部の学校はビスケット・かんぱん対応) 牛乳
ねぶとのカレー揚げ そうめんうりの酢の物 じゃがいものみそ汁



【ひとロメモ】

地場産物である旬のねぶと・そうめんうりについて

(勤労と感謝)

今日は旬の食べ物を2つ紹介します。

1つ目は「ねぶと」です。今日の給食にでていいる小さい魚を「ねぶと」と言います。この「ねぶと」は、正式な名前を「テンジクダイ」と言い、地域によって様々な呼び方があります。瀬戸内海では夏にたくさんとれます。マダイに似た甘みのあるおいしい魚で、体長が5~6cmと小さく、骨ごと食べることができるので、カルシウムがたくさんとれます。



2つ目は「そうめんうり」です。酢の物の中に入っている細長く黄色い野菜が「そうめんうり」です。「そうめんうり」は、ゆでて、冷たい水に入れると、果肉の部分がほぐれて、パラパラと細かいそうめん状になるので、このような名前になりました。また、他のところでは、「そうめんかぼちゃ」や「糸かぼちゃ」「錦糸ウリ」などと言われています。

どちらも今が旬でおいしい時期です。味わっていただきましょう。

知ろう

【献立名】

麦ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ ねぶとのカレー揚げ
ミニトマト



【ひとロメモ】

地場産物「ねぶと」について

(健康によい食事のとり方)

ねぶとは、別名「テンジクダイ」「イシモチ」とも言われ、大きさ8cmぐらいの小魚です。色はつやのある銀白色でシマシマ模様のあるかわいい魚です。小さい魚で身の部分は少ないながらも、ねばりがあって甘く、鯛の身と変わらないという説もあります。また、頭に石のように硬い骨があることからイシモチと呼ばれています。

給食で使っているねぶとは、頭とお腹を1匹ずつ丁寧に取っています。今日は瀬戸内海でとれた「ねぶと」をみなさんの大好きなカレー味に揚げました。しっかり噛んでいただきます。

平成 29 年 9 月 20 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】

萩ごはん 牛乳 ねぶとのカレーあげ
そうめんうりの酢の物 ジャがいものみそ汁

《今日の丸亀産の食材》

米・もち米・じゃがいも・葉ねぎ・
そうめんうり・きゅうり・玉ねぎ



【ひとロメモ】

お彼岸、萩の花について

今年の彼岸入りは、今日です。お彼岸には、尾墓参りをしたり先祖に感謝したりします。また、お供え物としておはぎを用意したり食べたりしますね。このおはぎは、秋に咲く萩の花をイメージして作られます。

萩の花は9月中旬に見ごろをむかえ、観音寺大野原町の萩原寺では「萩まつり」が行われます。約2500株の紫色や白色の萩の花が咲き誇る境内では、茶会や琴の演奏などが楽しめ、大変にぎわいます。

今日の給食には、萩の花をイメージした萩ごはんが登場しています。目でも楽しめる秋をおいしくいただきましょう。

