

平成 29 年 12 月 14 日 (木)

中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン きなこ揚げパン (南中) いちごジャム (幼なし) 牛乳
ボルシチ ごぼうサラダ 紫いもチップス



【ひとロメモ】

ロシアの料理について知ろう

(食事と文化)

今日は、ロシアの伝統的な家庭料理「ボルシチ」を紹介します。

ボルシチには肉と野菜、そして「ビーツ」という野菜を必ず入れて作ります。ビーツは、独特の甘味があり、根はきれいな赤紫色で、かぶによく似た形をしています。また、「食べる輸血」といわれるほど栄養が豊富で、ボルシチのスープの赤い色は、このビーツの赤色が溶け出したものです。

ビーツは、寒い地方で生産が盛んで、このあたりでは手に入らなかったのですが、丸亀市内の安川農園さんがビーツを栽培してくれるようになったので、給食で使うことができるようになりました。味わっていただきましょう。

【献立名】

セルフサンド 牛乳 トンカツ ゆで野菜
かぶと豆腐のスープ 小魚アーモンド



【ひと口メモ】

「手洗い」について

(食事と安全・衛生)

この時期にはノロウィルスによる食中毒が発生しやすくなります。予防するには、手洗いが大切です。冬の寒い時期は水道の水も冷たくなり、つい手洗いがおろそかになっていませんか？

手はいろいろなものに触れるため、細菌やウィルス、汚れなどつきやすいので、手をきれいに洗うことは感染症を防ぐ上でもとても大切です。

指先を水で流しただけの場合は、手についた細菌を洗い落とすことができず、菌が多く残ってしまいがちです。石けんを使って、ていねいに洗うようにしましょう。ただし、石けんをただつけるだけでなく、よく泡立てることがポイントです。

ノロウィルスなどの食中毒やかぜなどの予防にもつながる手洗いを見直しましょう。

平成 29 年 12 月 14 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】

コッペパン (小中) はちみつ&マーガリン 牛乳
ボルシチ ごぼうサラダ 紫いもチップス

《今日の丸亀産の食材》
じゃがいも・セロリー・キャベツ・
かぶ・ビーツ・にんにく



【ひとロメモ】

ボルシチ、ビーツについて

ボルシチはロシアやウクライナの家庭料理で、「ビーツ」という野菜を使います。ビーツは、きれいな赤色をしており、ボルシチの赤色は、ビーツを煮込むことによって出てくる自然の赤色です。また、ビーツには、ショ糖が多く含まれているので、甘みを感じることができます。

今日の給食では、他にも、キャベツ、にんじん、たまねぎなど、いろいろな野菜を使って煮込んで作っています。

