

平成 29 年 12 月 19 日 (金)

中央学校給食センター

【献立名】 りんごパン 牛乳 鮭とほうれんそうのクリーム煮
れんこんのごまサラダ キウイフルーツ



【ひと口メモ】

キウイフルーツについて知ろう

(勤労と感謝)

キウイフルーツは、ニュージーランドの国鳥である、つばさのない鳥の「キーウィ」に見た目が似ていることから、このような名前がつけられました。

キウイフルーツは最近、香川県でオリジナルの品種を開発し、生産に力をいれている果物のひとつです。11月に収穫し、貯蔵したものを12月～2月にかけて出荷します。キウイフルーツには、ビタミンCがレモンやいちごよりも多く含まれているので、かぜの予防にも役立ちます。

今日のキウイフルーツも香川県産のもので、スプーンで上手にすくって食べましょう。

平成 29 年 12 月 19 日 (火) 第二学校給食センター

【献立名】

小型米粉パン 牛乳 フライドチキン お花畑のサラダ
ABC スープ クリスマスケーキ



【ひとロメモ】

楽しく会食をしよう

(楽しく会食すること)

私たちは、一人ではなく、仲間と一緒に食事をしています。学校では、先生や友だちと一緒に食べていますね。

他人をいやな気持ちにさせないように、楽しく会食するためには、守らなければならないマナーがあります。

食事の話は、だれでもが話に加われる内容で、楽しいものもいいですね。例えば、スポーツやニュースの話題などがあります。また、話をする時の声の大きさも、グループの中でわかる程度の声の大きさがよいでしょう。しかし、口の中に食べ物を入れたまま、おしゃべりをするのはマナー違反です。

今日はクリスマスの献立になっています。マナーを守り、みんなで楽しい給食の時間にしましょう。

平成 29 年 12 月 19 日 (火)

飯山学校給食センター

【献立名】

りんごパン 牛乳 さけとほうれん草のクリーム煮
れんこんのごまサラダ キウイフルーツ

《今日の丸亀産の食材》

じゃがいも・ほうれん草・
れんこん・キャベツ



【ひとロメモ】

キウイフルーツ



キウイフルーツは、ニュージーランドで多く作られ、見た目がニュージーランドの国鳥「キウイ」に似ていることから、この名前がつけられました。

キウイフルーツには、肉や魚などのたんぱく質を細かくして、消化を助けてくれる「アクニチジン」という栄養素があります。そのため、肉料理や魚料理を食べた後のデザートにオススメです。