

平成 30 年 4 月 12 日 (木)

中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 うずら卵とチンゲンサイのクリーム煮
アスパラサラダ アーモンドいりこ



【ひとロメモ】

丸亀市産 アスパラガス

(勤労と感謝)

今日のサラダには、今が旬でおいしいアスパラガスが入っていますね。そこで、アスパラガスについてクイズをします。アスパラガスは、植物のどの部分を食べているでしょう。

①茎の部分 ②葉の部分 ③根っこの部分

クイズの答えは、①の茎の部分です。アスパラガスは、春から夏にかけておいしい時期で、たくさん採れます。冬の間土の中で栄養を蓄えており、春になると土から茎が伸びて、1日に4～6センチくらい伸びる、パワーのある野菜です。

今日のアスパラガスは丸亀市でとれました。アスパラガスがたくさん入ったサラダを味わいましょう。

平成 30 年 4 月 12 日 (木) 第二学校給食センター

【献立名】

コッペパン 【小中】大豆ココアバター 牛乳 ポークビーンズ
元気サラダ バナナ



【ひとロメモ】

旬の春キャベツについて

(健康によい食事のとり方)

キャベツの外側の開いた葉は除かれて、真ん中の丸い部分が売られていますね。これは葉が何枚も重なりあって玉になったものです。だいたい40～50枚ぐらい重なっているそうです。今の時期にとれる春キャベツの葉の数は、冬キャベツよりも少なめで、まき方もやわらかい感じですが、歯ごたえはやわらかいのに、シャキシャキとして、冬キャベツとはちがったさわやかさがあります。

今日の給食では、元気サラダにキャベツを使っています。おいしくいただきます。

平成 30 年 4 月 12 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】

コッペパン 牛乳 うずら卵とチンゲンサイのクリーム煮
アスパラサラダ アーモンドいりこ

《今日の丸亀産の食材》
チンゲンサイ・
アスパラガス・キャベツ



【ひと口メモ】

春野菜について



(食事と文化)

今日のめあては、「春野菜について知ろう」です。

今日の給食には春野菜が入っています。うずら卵とチンゲンサイのクリーム煮には新じゃがいも、アスパラサラダにはアスパラガスと春キャベツを使っています。

新じゃがいもは、冬に植えたものを、春に収穫したもので、5月～6月に旬を迎えます。春キャベツはその名のとおり、春が旬の野菜です。普通のキャベツと違い、葉がやわらかく、玉が軽いのが特徴です。アスパラガスは、春から夏にかけて、一番たくさん獲れ、おいしい時期です。土から茎が伸びてきて、1日に4～6センチくらい伸びる、パワーのある野菜です。