

平成 30 年 5 月 11 日 (金)

中央学校給食センター

【献立名】 ハヤシライス 牛乳 チンゲンサイのサラダ
こにぼしとアーモンドの炒り煮



【ひとロメモ】

丸亀市産 チンゲンサイ

(食事と文化)

チンゲンサイの原産地は、中国南部です。日本に伝わってきたのは、今から約40年前です。そのころに、多くの中国野菜が伝わってきましたが、現在、最も食べられているのは、チンゲンサイです。チンゲンサイは、栄養価が高く、アクやクセがないので食べやすく、ハウス栽培で育てることができるため一年中使うことができます。また、チンゲンサイは葉が厚いので、ゆでてもカサが減ったり、葉の形がくずれたりしにくいので、スープや炒め物、おひたしなど、いろいろな料理でおいしく食べることができます。

給食では、一年を通して、丸亀市綾歌町の谷本さんが栽培しているチンゲンサイを使っています。よく味わって、残さずいただきますよう。

平成 30 年 5 月 11 日 (金) 第二学校給食センター

【献立名】

中華丼 牛乳 そら豆のカレー揚げ 春雨サラダ



【ひと口メモ】

丸亀市内産 そら豆

(食事と文化)

今日のそら豆は、丸亀市でとれたそら豆を使用しています。そら豆は、香川県産の特産品の一つで、昔はどこかの農家でも米の裏作として栽培していました。そら豆という名前は緑色のさやが空に向かってつくためとか、サヤの形が蚕に似ているからともいわれています。サヤをむいたことがある人は知っていると思いますが、内側がピロードのようなサヤにきちんと並んでそら豆が入っています。

今日の給食では、そら豆を油であげて、カレー味にしてみました。おいしい時期は3日間といわれるほど、旬の短い野菜なので旬のこの時期にしっかり味わいましょう。

平成 30 年 5 月 11 日 (金)

飯山学校給食センター

【献立名】 ハヤシライス 牛乳
チンゲンサイのサラダ
小煮干とアーモンドの炒り煮

《今日の丸亀産の食材》
米、チンゲンサイ、玉ねぎ、
にんにく



【ひと口メモ】(食事と文化)

小煮干

今日の給食に登場している小煮干しですが、ほかの呼び名では「かえり」や、「いりこ」とも言います。香川県は全国有数の「いりこ」の産地で、特に瀬戸内海の伊吹島ではいりこ漁が盛んです。年間およそ 2700 トン、全国第 5 位の生産量を誇っています。香川県の「小煮干し」はほぼ 100%、カタクチイワシから作られています。香川県産の「小煮干し」の生産の特徴は、「鮮度」です。漁場と加工場が近いことでいわしの鮮度を保ったまま加工することができるためです。

今日の「小煮干しとアーモンドの炒り煮」は、小煮干しから出るうまみがたっぷりです。