

平成 30 年 5 月 23 日 (水)

中央学校給食センター

【献立名】 えんどうごはん 牛乳 きびなごのカリカリフライ
キャベツとわかめの酢の物 豚汁 冷凍パイン



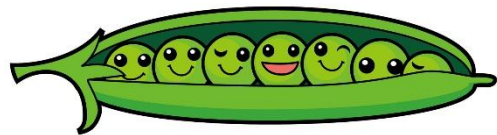
【ひとロメモ】

丸亀市内産 グリンピース

(食事と文化)

えんどうには、熟した豆を乾燥した「えんどう豆」と若いさやごと食べる「さやえんどう」、柔らかい豆を食べる「グリンピース」の3種類あり、さやえんどうとグリンピースは野菜の仲間です。さやから取り出した生の「グリンピース」が手に入るのは、1年のうちのほんの短い時期だけです。日本では、昔から季節の食べ物を取り入れて楽しむ伝統的な食文化があります。

今日は、丸亀市内でとれたグリンピースを使ってえんどうごはんにしています。栄養たっぷりのグリンピースを残さずに食べましょう。



平成 30年 5月 23日 (水) 第二学校給食センター

【献立名】

発芽玄米ごはん 牛乳 さわらのみそマヨネーズ焼き
キャベツの即席漬け 月菜汁



【ひと口メモ】

さわらについて知ろう

(食事と文化)

さわらは漢字で名前を書くと、魚へんに季節の春と書きます。この漢字からわかるように、さわらは春においしいお魚です。

香川県では古くから、「たいの浜焼き、さわらの刺身」といわれ、さわらは香川県の味の代表とされています。そら豆が実り、麦が熟れはじめる5月から6月ごろ、香川の農家では「はるいお」が行われました。「はるいお」とは、香川県の方で、農家の行事のひとつです。親せきの人などを自宅に招き、さわら料理をメインにこれからの収穫を祝う宴会のことです。

今が旬のさわらをおいしくいただきます。

平成 30 年 5 月 23 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】 えんどうご飯 牛乳 肉じゃが
キャベツとわかめの酢の物 いりことナッツの
オリーブオイルがらめ アイスパイン

《今日の丸亀産の食材》
米、じゃがいも、にんじん
グリーンピース、きゅうり、キャベツ



【ひと口メモ】(勤労と感謝)

えんどう豆

えんどう豆は別名「グリーンピース」とも呼ばれ、皮がついたまま食べる「キヌサヤ」や「スナップエンドウ」などもあります。小さくて丸い形がかわいらしいえんどう豆には、ミネラルやビタミン類が多くあり、疲れをとる働きがあります。小さなえんどう豆ですが、栄養たっぷりです。

今日のえんどう豆は丸亀市で育てられたもので、飯山北小学校の2年生、飯山南小学校の2年生がさやむきをしてくれました。

えんどう豆の生産者の方やさやむきをしてくれたみなさんに感謝していただきますよう。