

平成 30 年 5 月 24 日 (木)

中央学校給食センター

【献立名】 レーズンパン 牛乳 魚のレモンソースあえ  
春雨サラダ ABCスープ



【ひとロメモ】

## レーズンについて知ろう

(食事と文化)

今日は、レーズンパンです。そこでレーズンについてお話しします。

「レーズン」は、ぶどうを干して水分をとばして作られます。生のぶどう1kgからできるレーズンは約5分の1の200gくらいになります。それだけ栄養がギュっとなつています。脳や体を動かすエネルギーになる糖分や体の調子を整えるビタミンやミネラルもたくさん入っており、素早い栄養補給が必要なスポーツ選手なども好んで食べる食材です。

おやつなどに取り入れてみるのもいいですね。

平成 30 年 5 月 24 日 (木) 第二学校給食センター

【献立名】

さぬきの夢パン    マーブルジャム    牛乳    チンゲンサイのクリーム煮  
海藻サラダ    バナナ



【ひと口メモ】

## さぬきの夢パンについて

(勤労と感謝)

さぬきのゆめとは、香川県で開発された小麦粉の名前です。全国的にも有名な「さぬきうどん」のほとんどは、外国から輸入した小麦粉で作られています。そこで、郷土料理の「さぬきうどん」を香川県の小麦粉で作るために開発されたのが「さぬきの夢2000」でした。長い時間をかけて開発し、2000年に完成したのでこの名前がつけました。その後さらに改良を重ねて、「さぬきの夢2009」という品種も開発し、今、学校給食で取り入れているのは、さぬきの夢2009です。

学校給食では、毎月1回、さぬきのゆめパンを取り入れています。香川県で開発された小麦粉を使った「さぬきのゆめパン」を味わって食べましょう。

平成 30 年 5 月 24 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】 レーズンパン 牛乳  
魚のレモンソースかけ 春雨サラダ  
ABC スープ 美生柑

《今日の丸亀産の食材》  
にんじん、きゅうり、キャベツ



【ひと口メモ】(食事と文化)

## 美生柑

今日のデザートは、美生柑というみかんです。別名を「宇和ゴールド」「愛南ゴールド」ともいいますが、正式な名前は「河内晩柑」といいます。

熊本県の河内町で偶然、生まれた品種だそうです。暖かい地域でしか栽培できないため、熊本県や愛媛県などに限られています。旬は、4月から6月上旬で、果肉が柔らかく、果汁がたっぷりで、さわやかな甘みがあるのが特徴です。

今日の美生柑は、愛媛県の南端にある、愛南町というところで栽培されたものです。愛南町の昔の名前、御荘町に由来して美生柑という名前がつけました。旬の味を味わってください。