

平成 30 年 6 月 7 日 (木)

中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン          ブルーベリージャム (幼なし)          牛乳  
                 鶏肉のガーリック焼き          ごまネーズサラダ          ミネストローネ



【ひと口メモ】

## イタリアの料理

(食事と文化)

今日の給食に登場する「ミネストローネ」に注目してください。この中にマカロニが入っていますね。イタリアでは小麦粉から作った製品をパスタと呼んでいるそうです。イタリアにはパスタの種類が300種類以上もあるといわれています。細長い麺状のスパゲティや鉛筆の形をしたマカロニペンネなどが有名ですね。今日は小さい貝殻の形をまねて作ったといわれる「コンキリエ」という種類を使っています。

現代は世界中の食べ物が日本で食べることができるようになりました。お店で売っているパスタにはどんな種類のものがあるか、見つけてみるのもおもしろいですね。

【献立名】

セルフサンド 牛乳 (ハム きゅうり エッグフリーマヨネーズ  
【中】スライスチーズ) クラムチャウダー オレンジ



【ひとロメモ】

## 加工食品について知ろう

(健康によい食事のとり方)

今日のセルフサンドの「セルフ」というのは、英語で「自分で」という意味です。自分でパンの間に「ハム」「きゅうり」をはさんでマヨネーズをかけて食べましょう。さて、クイズです。ハムをつくる原料の肉は「牛肉」「ぶた肉」「とり肉」のうちどれでしょうか。・・・答えは「ぶた肉」です。ハム、ベーコン、ソーセージなどは、ぶた肉を加工して保存できるようにしたものです。このように肉や魚、野菜などの原料に手を加えて、保存性を高め調理しやすくした食品を加工食品といいます。ハム、ベーコン、ウインナーなどは生の豚肉よりも長く保存ができるよさがありますが、加工するときに塩をつけています。肉などの加工品は、塩分のとりすぎになるので、とりすぎには気をつけたいですね。

平成 30 年 6 月 7 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン 黒豆きなこクリーム 牛乳  
鶏肉のガーリック焼き ごまネーズサラダ  
ミネストローネ

《今日の丸亀産の食材》  
キャベツ、にんじん、きゅうり  
玉ねぎ



【ひとロメモ】(食事と文化)

## イタリアの料理

今日の給食に登場する「ミネストローネ」に注目してください。この中にマカロニが入っていますね。イタリアでは小麦粉から作った製品をパスタと呼んでいるそうです。イタリアにはパスタの種類が300以上もあるといわれています。細長い綿状のスパゲティや鉛筆の形をしたマカロニペンネなどが有名ですね。今日は小さい貝殻の形をまねて作ったといわれる「コンキリエ」という種類を使っています。

現代は、世界中の食べ物が日本で食べることができるようになりました。お店で売っているパスタにはどんな種類のものがあるか調べてみるのもおもしろいですね。