

平成 30 年 10 月 16 日 (火)

中央学校給食センター

【献立名】 さぬきの夢パン チョコ大豆バター 牛乳 冬瓜と肉団子のスープ
さつまいものサラダ 小煮干とアーモンドの炒り煮 りんご



【ひとロメモ】

地場産物 冬瓜



(食事と文化)

三択クイズをします。今日の「冬瓜と肉団子のスープ」に入っている「冬瓜」は漢字で表すと冬の瓜と書きますが、たくさんとれる時期はいつでしょう。

① 夏 ② 秋 ③ 冬

正解は①夏です。冬瓜は保存性が高いため、冬まで食べることができる、ということから「冬瓜」という名前がついたそうです。冬瓜は水分が多く、昔から、むくみをとったり、熱を下げる効果があるといわれてきました。ビタミンCやミネラルも多く、免疫力を高め、病気予防にはぴったりの野菜です。このように栄養も豊富な冬瓜は野菜が少なくなる冬にも貴重な野菜として大切に食べられてきました。今日は、丸亀市でとれた冬瓜を使っています。おいしくいただきましょう。

【献立名】

セルフバーガー (白身魚のフライ・ゆで野菜・タルタルソース・【中】スライスチーズ)
牛乳 ポトフ みかん



【ひと口メモ】

石けんを使って手を洗おう

(食事と安全・衛生)

みなさんは、給食の前に石けんを使って手を洗っていますか。人の手の肌は薄い膜のような油分でおおわれています。手が汚れると、汚れた成分がこの油分と混ざって水洗いしただけではなかなか落ちません。そこで、石けんの出番です。ふつう油と水は混ざりあいません。石けんにはこの2つをくっつける力(成分)があります。まず油となじみやすい石けんの成分が汚れを包みこみ、次に水となじみやすい成分が水とくっついて、汚れが水の流れで細かく砕かれ流されると汚れがおちてくるのです。

水で手をぬらすだけでは、ばい菌がうき出るだけで汚れはおちません。食事の前には、必ず石鹸を使って手洗いをしましょう。

平成30年 10月 16日(火)

飯山学校給食センター

【献立名】 さぬきの夢パン 大豆バター 牛乳
冬瓜と肉団子のスープ煮 さつまいものサラダ
小煮干とアーモンドの炒り煮 りんご

《今日の丸亀産の食材》
葉ねぎ、玉ねぎ、きゅうり
冬瓜、キャベツ



【ひとロメモ】(勤労と感謝)

りんご

今日のめあては「旬の果物 りんごについて知ろう」です。

日本でりんごが栽培されるようになったのは、明治4年にアメリカから75品種のりんごの苗木を取り寄せたことに始まります。日本はその後、りんごの生産に力を入れ、数多くの品種ができました。現在、日本で最も生産量の多いりんごの品種は「ふじ」で、近年アメリカやニュージーランドでも人気が高く、栽培が始められているそうです。

りんごは、涼しい気候を好むので、特に東北・北海道で栽培が盛んです。その中でも、青森県、長野県が有名な産地です。最近では、低温貯蔵されるので、ほとんど年中食べられるようになりました。今日のりんごは、青森県と長野県のもので、育ててくれた人に感謝していただきましょう。