

平成 30 年 12 月 21 日 (金)

中央学校給食センター

【献立名】 しっぽくうどん 牛乳 食べて菜のいそかあえ かぼちゃのかのこ揚げ



【ひとロメモ】(食事と文化)

冬至について

12月22日は冬至です。冬至の日は、私たちの日本がある北半球では太陽の高さが1年で最も低くなります。そのため、昼が最も短く、夜が一番長い日となります。英語では、「ウインター・ソルティス (winter solstice)」とあって「冬のとっぺん」という意味もあります。この冬至を境に昼が長くなっていくので、昔から太陽の力がよみがえるおめでたい日として世界各地でいろいろな行事が行われてきました。

日本では、冬至に「ん」のつく食べ物を食べると「運盛り」といって、運がよくなるといわれています。かぼちゃは昔の名前の「なんきん」で、その代表格です。そのほか「れんこん」「にんじん」「ぎんなん」「きんかん」「かんでん」「うんどん (うどん)」が「ん」を2回繰り返すため、特にこの7つの食材は縁起がよく、病気にかからないと言われてきました。

今日の給食では、「かぼちゃ」「うどん」「にんじん」を使っています。運盛りになる食べ物をしっかり食べて、かぜなどの病気にかからないようにしたいですね。

平成 30 年 12 月 21 日 (金) 第二学校給食センター

【献立名】

ハヤシライス 牛乳 ごぼうサラダ キウイフルーツ



【ひとロメモ】

香川県のキウイフルーツについて知ろう

(勤労と感謝)

キウイフルーツは、ニュージーランドの国鳥である、つばさのない鳥の「キーウィ」に見た目が似ていることからこのような名前がつけられました。

キウイフルーツの国内流通量は、5月から9月の暑い時期は、輸入されたものがほとんどですが、10月から寒い時期にかけては国産のキウイの割合も増えます。

そのなかでも香川県では、全国に先駆け、今から約40年前からキウイフルーツの試験研究を始め、新しい品種を開発し、生産に力を入れていれます。その品種には「さぬきゴールド」「さぬきエンジェルスイート」「さぬきキウイっこ」があります。

今日の給食のキウイは、香川県でとれた「ハイワード」という品種です。キウイフルーツには、ビタミンCがレモンやいちごよりも多く含まれているので、風邪の予防に役立ちます。香川でとれたキウイフルーツを食べてビタミンCをしっかりとりましょう。

平成 30 年 12 月 21 日 (金)

飯山学校給食センター

【献立名】 しっぽくうどん 牛乳
かぼちゃのかのこ揚げ ゆず香あえ

《今日の丸亀産の食材》
里芋、葉ねぎ、チンゲン菜
にんじん、大根、白菜



【ひと口メモ】

冬至

(食事と文化)

今日は「冬至について知ろう」です。

12月22日は冬至です。冬至の日は、昼が最も短く、夜が一番長い日となります。英語では、「ウインター・ソルティス (winter solstice)」といって「冬のとっぺん」という意味もあります。この冬至を境に昼が長くなっていくので、昔から太陽の力がよみがえるおめでたい日として世界各地でいろいろな行事が行われてきました。

日本では、冬至に「ん」のつく食べ物を食べると「運盛り」といって、運がよくなるといわれています。かぼちゃは昔の名前の「なんきん」でその代表格です。そのほか「れんこん」「にんじん」「ぎんなん」「きんかん」「かんでん」「うんどん (うどん)」が「ん」を2回繰り返すため、とくにこの7つの食材は縁起がよく、病気にかからないと言われてきました。今日の給食では、「かぼちゃ」「うどん」「にんじん」を使っています。運盛りになる食べ物をしっかり食べて、かぜなどの病気にかからないようにしたいですね。