

令和2年 6月 19日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 たこめし 牛乳 かぼちゃとコーンのかきあげ  
もやしの甘酢あえ すまし汁



【ひとロメモ】

## 郷土料理 たこめしを知ろう

(食事と文化)

今日は夏の瀬戸内海でよくとれる「たこ」を使った香川県の郷土料理「たこめし」です。香川県は瀬戸内海に面しており、いろいろな種類の魚をとることができます。その中でも、たこはたくさんとれ、高い値段で売れることから重要な海産物のひとつとなっています。そのため、たこが卵を産む時期には、たこをとらないように漁を禁止し、親だこの放流や小さいたこは逃がすなどして資源管理にも積極的に取り組んでいます。

瀬戸内海の恵みに感謝していただきましょう。

令和2年6月19日(金)

第二学校給食センター

(献立名)

発芽玄米ごはん

牛乳

肉じゃが

きゅうりの酢の物

ヨーグルト



【ひとロメモ】

# 食の大切さを考えよう

(食事の重要性)

英語のことわざに「You are what you eat」(あなたは、あなたが食べたものである)があります。どんな意味かわかりますか？

体や心の健康は毎日何をどう食べたかで決まるという意味です。食べ物は体をつくり、体を動かすエネルギーになります。とりわけ10代の成長期の食生活は、一生を健康に過ごしていくためにとっても重要です。学校で学んだことを実践し、体の成長や健康維持、そして毎日の活動量に見合った食事をしっかりとりましょう、

6月は「食育月間」です。そして毎月19日は、「食育の日」です。食べることの大切さをあらためて考えてみましょう。

令和2年 6月 19日(金)

飯山学校給食センター

【献立名】 たこめし 牛乳  
金時豆の天ぷら もやしの甘酢あえ  
すまし汁

《今日の丸亀産の食材》  
玉ねぎ きゅうり  
葉ねぎ



【ひと口メモ】

## 郷土料理 たこめし

(勤労と感謝)

今日のめあては「郷土料理の たこめしを知ろう」です。

今日は夏の瀬戸内海でよくとれる「たこ」を使った香川県の郷土料理が登場しています。

香川県は瀬戸内海に面しており、いろんな種類の魚をとることができます。中でもたこはたくさんとれ、よい値段で売れることから重要な海産物のひとつとなっています。そのため、たこが卵を産む時期には、たこをとらないように漁を禁止にし、親だこの放流や小さいたこは逃がすなどにして資源管理にも積極的に取り組んでいます。

瀬戸内海の恵みに感謝していただきましょう。