

令和3年 1月 7日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 小型ミルクパン 牛乳 かぼちゃとコーンのかき揚げ
キャベツのごま和え 七草ぞうすい



【ひとロメモ】

七草を食べる理由について知ろう

(食事と文化)

今日、一月七日は七草の節句です。古くからこの日には1年間、病気にならないことを願って七草がゆを食べる習慣があります。この七草がゆに入れる七草は、「せり」「なずな」「ごぎょう」「はこべら」「ほとけのざ」「すずな」「すずしろ」の七つです。これを春の七草といいます。昔は、冬にとれる野菜が少なかったので、春を待つ気持ちは今の人たちよりも、とても大きなものでした。七草の芽が出ると春の訪れを喜び、野原に出て若菜をつみました。七草を食べることで、ビタミンやミネラルが補給でき、病気の予防につながります。また、おせち料理などで疲れた胃を休めるという、生活の知恵でもあります。

給食では、七草をそろえることが難しいので、白菜・大根・春菊・金時にんじん・百花・ほうれんそう・ねぎの7種類の野菜を入れた七草ぞうすいにしました。みなさんも1年の健康を願って、味わっていただきましょう。

令和3年 1月 7日(木) 第二学校給食センター

【献立名】 小型ミルクパン 牛乳 七草ぞうすい 白身魚の香味揚げ
ほうれん草のアーモンドあえ



【ひとロメモ】

七草を食べる理由について知ろう

(食文化)

今日一月七日は七草の節句です。古くからこの日には1年間、病気にならないことを願って七草がゆを食べる習慣があります。七草がゆに入れる七草は、「せり」「なずな」「ごぎょう」「はこべら」「ほとけのざ」「すずな」「すずしろ」の七つです。これを春の七草といいます。昔は、冬にとれる野菜が少なかったので、春を待つ気持ちは今の人たちよりも、とても大きなものでした。七草を食べることで、ビタミンやミネラルが補給でき、病気の予防につながります。また、おせち料理などで疲れた胃を休めるという、生活の知恵でもあります。

給食では、七草をそろえることが難しいので、白菜・大根・春菊・水菜・にんじん・ほうれんそう・ねぎの7種類の野菜を入れました。1年の健康を願って味わっていただきましょう。

令和3年 1月 7日(木)

飯山学校給食センター

【献立名】小型ミルクパン 牛乳
七草ぞうすい 高野豆腐のフライ
キャベツのごまあえ

《今日の丸亀産の食材》
米 小松菜 白菜 大根 ほうれん草
葉ねぎ 百花 春菊 キャベツ 金時にんじん



【ひと口メモ】

七草がゆについて

(食事と文化)

今日のめあては「七草がゆについて知ろう」です。

今日は「人日の節句」です。古くからこの日には1年間、病気にならないことを願って七草がゆを食べる習慣があります。この七草がゆに入れる七草は、「せり」「なずな」「ごぎょう」「はこべら」「ほとけのざ」「すずな」「すずしろ」の七つです。これを春の七草といいます。

昔は、冬にとれる野菜が少なかったので、春を待つ気持ちは今の人たちよりも、とても大きなものでした。七草の芽が出ると春の訪れを喜び、野原に出て若菜をつみました。七草を食べることで、ビタミンやミネラルが補給でき、病気の予防につながります。また、おせち料理などで疲れた胃を休めるといふ、生活の知恵でもあります。

給食では、七草をそろえることが難しいので、白菜・大根・春菊・百花・金時にんじん・ほうれん草・ねぎの7種類の野菜を入れた七草ぞうすいにしました。みなさんも1年の健康を願って味わっていただきましょう。