

令和3年 2月 19日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 白菜うどん 牛乳 ちくわのいそべ揚げ
切干大根の三杯酢 ガトーショコラ



【ひとロメモ】

旬の白菜を味わおう

(勤労と感謝)

白菜といえば、冬の代表的な野菜ですね。さて、クイズです。白菜、一株には何枚くらいの葉でできているのでしょうか？

- ① 20～30枚
- ② 50～60枚
- ③ 80～100枚

答えは、③の80～100枚です。たくさんの葉で覆われているのですね。これは冬の寒さに負けないように白菜自身を守るためです。外側の固い葉でしっかりと霜から身を守ります。寒さにたえた白菜の葉は甘味成分が増え、あまくておいしい白菜になります。

力強く冬を越している白菜の栄養をいただくことに感謝して「白菜うどん」をおいしくいただきましょう。

令和3年2月19日(金) 第二学校給食センター

(献立名) 麦ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 元気サラダ
かきたま汁 焼きプリンタルト



【ひとロメモ】

リクエスト給食を味わって食べよう

(社会性)

今日は西中学校のリクエスト献立です。

「とり肉のから揚げ」「元気サラダ」は定番の人気メニューです。お汁は、「かきたま汁」と「豚汁」の2つのリクエストが多かったです。今日のメニューに「かきたま汁」を選んだ理由は、主菜が「とり肉のから揚げ」なので、肉以外のたんぱく質がとれる栄養を考えて豆腐、卵を使った「かきたま汁」にしました。かきたま汁にすることで、彩りがよくなりました。豚汁は、来週の給食に取り入れています。

リクエストメニューをみんなでおいしく食べましょう。

令和3年 2月 19日(金)

飯山学校給食センター

【献立名】白菜うどん

牛乳 ちくわの磯辺揚げ

切干大根の三杯酢 ガトーショコラ

《今日の丸亀産の食材》

にんにく 白菜

葉ねぎ



【ひと口メモ】

旬：白菜

(勤労と感謝)

今日のめあては、「旬の白菜について知ろう」です。

白菜はキャベツと同じアブラナ科の野菜です。原種は地中海沿岸が原産地とされていますが、白菜として発達したのは中国北部で、今から約1400年前の7世紀頃に最初の白菜の形が誕生したと考えられています。最初は丸くならない不結球型で、16~18世紀頃に今のように葉が丸く結球するようになったといわれています。

日本には、江戸時代末期にやってきたそうで、本格的につくられるようになったのは今から約120年ほど前と、比較的新しい野菜なのだそうです。今では、私達日本人にとって、冬の食卓には欠かせない野菜ですね。

今日の白菜は、丸亀市内の農家さんが寒い雪の日も畑に出て、大切に育ててくれました。感謝の気持ちで、味わって食べましょう。