

令和3年 7月14日(水)

中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 さわらのバターしょうゆ焼き
チンゲン菜のおひたし 夏の月菜汁



【ひと口メモ】

さわらについて知ろう

(食事と文化)

さわらは、細長い形をしており、「狭い腹」という意味から、「さわら」と呼ばれるようになりました。水分が多く、身も柔らかく、塩焼きや照り焼き、みそ漬けにしてもおいしく食べることができます。また、成長するにしたがって名前が変わる「出世魚」で、大きくなるにつれ、「さごし」、「さわら」と呼び名が変わります。出世魚は縁起物とされていて、おめでたい日の食事の中によく登場しています。

さわらは、卵を産むためにふるさとの瀬戸内海に帰ってきます。しかし、最近では、瀬戸内海へ帰ってくるさわらの数が減っているそうです。原因は、海をとりまく自然環境が変わってきていることだと考えられています。

今日は瀬戸内海でとれた貴重なさわらをバターしょうゆ焼きにしました。味わって食べてください。

令和3年7月14日(水) 第二学校給食センター

(献立名) あなごすし 牛乳 かぼちゃの天ぷら
白瓜のおかかあえ ふしめん汁



【ひとロメモ】

白うりについて知ろう

(感謝の心)

夏が旬の「白うり」はメロンと同じ仲間ですが、熟しても甘くならないのが特徴です。また水分が少なく、シャキシャキとした歯ごたえがあり、味にクセがないことから、漬物によく利用されています。栄養面では、カリウムを多く含んでおり、高血圧の予防やむくみの解消に役に立ちます。

今日は、丸亀市内でとれた白瓜を使っています。白瓜の栽培で大変なことは、成長が早いので、朝と夕方にくまなく観察して、実が大きくなりすぎないように気をつけていることだそうです。

今日は、白瓜のおかかあえにしました。生産者の方に感謝していただきましょう。

令和3年 7月 14日(水)

飯山学校給食センター

【献立名】 麦ごはん

牛乳 さわらのバターしょうゆ焼き

おひたし 夏の月菜汁

《今日の丸亀産の食材》

キャベツ オクラ

チンゲン菜 葉ねぎ



【ひと口メモ】

香川県産：さわら

(食事と文化)

今日のめあては「香川県産のさわらについて知ろう」です。

今日の給食に登場しているさわらは、香川県で漁獲されたもので、今日は特別に、私たちのために無償で提供していただいたものです。さわらは、私たち香川県民にとって季節を感じることができる身近な魚ですね。親しみやすい魚ゆえ、今から約30年前には乱獲がすすんで稚魚が育たず、その後の漁獲量が減っていましたが、漁が出来る時期を制限するなどして資源管理に努め、今では毎年の漁獲量が安定しています。さわらは、稚魚の頃はカタクチシラスやプランクトンを食べ、大きくなってくるとカタクチイワシやイカナゴを食べて成長するそうで、最も大きいものだと、体の長さが115cmで体重が12kgという大きさのものもいるそうです。今日のさわらは、バターしょうゆ風味に焼き上げました。瀬戸内海育ちの大きなさわらのようにぐんぐん成長できるように、よく味わってしっかりいただきましょう。