

令和3年 9月3日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 キムチごはん 牛乳 高野豆腐のおとし揚げ 元気サラダ
わかめスープ 焼きプリンタルト(小・中)



【ひとロメモ】

韓国の食文化を知ろう

(食事と文化)

今日は、垂水小、城辰小、飯野小、城東小学校のリクエスト給食です。

今日の給食は、韓国で有名なキムチを混ぜ、キムチごはんにしてみました。キムチは韓国の伝統的な漬物です。日本の漬物と違うところは、唐辛子などの香辛料をたくさん加えて漬け込むところです。

韓国では、キムチは家庭で手作りされることが多く、使われる野菜や味付けが異なり、それぞれの家庭の味があります。毎年、11月から12月頃になると、「キムジャン」といって、仕事や学校を休み、家族総出で1年分のキムチを漬ける風習があるそうです。

キムチのピリッとした辛さが食欲をそそりますね。給食では、みなさんが食べやすいように少し甘めに味付けをしています。味わって食べましょう。

令和3年9月3日(金) 第二学校給食センター

(献立名) 発芽玄米ごはん 牛乳 さばの幽庵焼き
小松菜のごまドレッシングあえ 冬瓜のすまし汁



【ひとロメモ】

丸亀でとれた冬瓜を味わおう

(食文化)

今日の汁には、冬の瓜と書く「冬瓜」という野菜を使っています。

東南アジア生まれの冬瓜は、6月～8月が旬ですが、10月ごろまで収穫することができます。夏が旬の野菜なのにどうして冬の字がつく名前なのでしょう？

それは、収穫した冬瓜を、一定の温度で風通しのよいところに保存しておけば、冬まで保存することができることから、ついた名前だそうです。冬瓜は、暑さに強く、寒さに弱い野菜です。水分が多く、昔から、むくみをとったり、熱を下げる効果があるといわれてきました。ビタミンCやミネラルも多く、免疫力を高め、夏バテ解消にはぴったりの野菜です。

きょうの冬瓜は、丸亀市内でとれたものです。残さずに食べましょう。

令和3年 9月 3日(金) 飯山学校給食センター

【献立名】キムチごはん 牛乳 きびなごのフライ
チンゲン菜のごまドレッシングあえ
トック入りわかめスープ

《今日の丸亀産の食材》
チンゲン菜
葉ねぎ



【ひとロメモ】

韓国料理について

(食事と文化)

今日のめあては「韓国料理について知ろう」です。

日本と韓国は昔から結びつきが強く、近年は文化的な交流もさかになり、韓国料理の店も増えています。今日の給食では、韓国の代表的な食材の「キムチ」、「トック」を取り入れています。

キムチという言葉の起源は、「野菜の塩漬け」を意味する「沈菜」が長い年月が経つ内に、沈菜→ヂムチェ→キムチェ→キムチの形に変わりながら、「キムチ」として定着したと言われています。また、「トック」は韓国のお餅ですが、日本のお餅と違ってもち米から作られるのではなく、普段主食にしている「うるち米」から作られています。

韓国は日本のとなりの国ですが、食文化が異なりますね。その土地の気候や歴史、文化によって食文化にも違いがあり、その違いを理解することもとても大切です。

その第一歩として今日は、韓国の食を楽しみましょう。