

令和3年 9月 29日(水) 中央学校給食センター

【献立名】 さつまいもごはん 牛乳 ししゃもの磯辺揚げ
小松菜と大豆の和えもの 豚汁



【ひとロメモ】

さつまいもについて知ろう

(食事と文化)

秋が旬のさつまいもは、中央アメリカ原産で、15世紀にアメリカ大陸へ渡ったコロンブスが、スペインに持ち帰り、そこから世界中に広がりました。日本に入ってきたのは、18世紀前半で、青木昆陽という学者が全国に広めました。

さつまいもは、育てやすく保存することもできるので、飢饉や戦争中など食べ物が多かった時に、たくさんの人の命を救いました。さつまいもの主な成分はでんぷんで、熱や力のもとになります。ほかにも、ビタミンCや食物せんいが多く含まれ、健康に良い食品です。

今日のようにごはんといっしょに炊き込んだり、みそ汁にいれたり、これからの季節は、さつまいもがよく登場します。秋の味覚を味わってください。

令和 3年 9月 29日(水) 第二学校給食センター

(献立名) さつまいもごはん 牛乳 さんまの塩焼き&すだち
切り干し大根のごまあえ 豆腐のすまし汁



【ひとロメモ】

旬のサンマについて知ろう

(食品を選択する能力)

秋はサンマがたくさんとれる時期ですが、サンマがとれる量が年々少なくなってきています。

理由には、地球全体の気候変動のため、日本の沿岸の海水温が高くなり、冷たい海を好むサンマが近寄らなくなってきたこと、台湾やロシアなどの外国でもおいしいサンマを食べるようになって、以前よりもたくさんサンマをとるようになったことなどが考えられています。

今日の給食は「さんまの塩焼き」です。サンマは骨がたくさんあるので、苦手な人もいますが、数が少なくなっている貴重なサンマです。少しでも食べてみてくださいね。

令和3年 9月 29日(水)

飯山学校給食センター

【献立名】 さつまいもごはん

牛乳 ししゃもの磯辺上げ

きゅうりの昆布あえ 豆腐のみそ汁

《今日の丸亀産の食材》

きゅうり 小松菜

チンゲン菜 葉ねぎ



【ひとロメモ】

旬：さつまいも

(食事と文化)

今日のめあては、「旬のさつまいもについて知ろう」です。

秋が旬のさつまいもは、中央アメリカ原産で、15世紀にアメリカ大陸へ渡ったコロンブスが、スペインに持ち帰り、そこから世界中に広がりました。日本に入ってきたのは、18世紀前半で、青木昆陽という学者が全国に広めました。

さつまいもは、育てやすく保存することもできるので、飢饉や戦争中など食べ物がなかった時に、たくさんの人を救いました。さつまいもの主な成分は炭水化物で、熱や力のもとになります。ほかにも、ビタミンCや食物せんいが多く含まれ、健康によい食品です。

今日のようにごはんといっしょに炊き込んだり、みそ汁にいれたり、これからの季節は、さつまいもがよく登場します。味わっていただきましょう。