

令和3年 10月 15日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 鶏肉と栗の甘辛和え
きんぴらごぼう 小松菜とコーンの和えもの



【ひとロメモ】

栗が食べられてきた歴史について

(食事と文化)

「さるかに合戦」はみなさんもよく知っている童話だと思いますが、このお話の中にも栗は出てきますね。

日本での栗の歴史は古く、稲作文化が伝わってくる以前、つまり縄文時代の人にとって、栗は主食だったようです。

また、栗は大量にとれ、保存性も高いので、戦国時代には武士の大切な食料だったそうです。同じく戦国時代の有名な茶人、千利休もお茶会の時によく使っていたそうです。栗のほくほくした食感と甘味がお茶菓子としても好まれていたようです。

今日は旬の栗を揚げたとり肉と一緒に甘辛いたれであえています。秋の味覚を味わっていただきましょう。

令和3年10月15日(金) 第二学校給食センター

(献立名) きのこうどん 牛乳 小いわしのフライ
食べて菜のアーモンドあえ キャンディチーズ



【ひとロメモ】

身近なきのこ しいたけについて知ろう

(健康によい食事のとり方)

今日の給食では、秋の味覚をたっぷり使った「きのこうどん」です。

「しいたけ」「ぶなしめじ」「えのきたけ」「まいたけ」の4種類使っています。

「えのきたけ」は榎という木から生えるので、この名前がついたといわれています。雪の下でもたくましく育つことから「ゆきの下」という別名もあります。

いろんなきのこの味をうどんのだしで味わっていただきましょう。

令和3年 10月 15日(金)

飯山学校給食センター

【献立名】秋の香りごはん

牛乳 鮭の照り焼き

もみじあえ 豚汁

《今日の丸亀産の食材》

きゅうり 葉ねぎ



【ひと口メモ】

季節の料理

(食事と文化)

今日のめあては「季節の料理について知ろう」です。

少しずつ気温が下がってきて日中も過ごしやすくなり、秋の到来を感じる季節になりましたね。今日は、給食でも秋を感じられるような献立になっています。

秋の香りごはんには、今が旬のしめじ、エリンギなどのきのこや栗が入った炊き込みごはんになっています。また「もみじあえ」には大根と人参、きゅうりを使って少しずつ、色づいてきた紅葉を思わせる和え物になっています。

日本人はこのように、昔から、自然や季節の移ろいを大切にし、料理の中にもそれを表現してきました。これは、「和食文化」の特徴の一つでもあります。

食事の中にも季節を感じ、旬の恵みに感謝して、今日の給食も味わっていただきましょう。