

令和3年 10月 26日(火) 中央学校給食センター

【献立名】 小型ミルクパン 牛乳 カレービーンズ
里芋のフリッター 元気サラダ ミニトマト (小・中)



【ひとロメモ】

元気サラダのひみつを知ろう

(健康によい食事のとり方)

「元気サラダ」は小学1年生の国語で習う「サラダで元気」に登場するサラダを実際に給食で再現したものです。お話の中で病気のお母さんのために、りっちゃんという女の子がいろいろな動物に助けをもらいながらサラダを作ります。お話を思い出してみましよう。りっちゃんがサラダを作っている時にしろくまから届いたでんぼうには、何を入れたらいいと書いてあったでしょうか。・・・ 正解は、「こんぶ」です。

こんぶを入れるとかぜをひかないで、いつも元気だと、しろくまさんが教えてくれましたね。

元気サラダの中には、力のもとになる黄色、体をつくる赤、体の調子を整える緑の食べ物、そしてりっちゃんと動物たちのやさしさや愛情が全部入っているのです。だからりっちゃんのお母さんは元気になれたのでしょうか。

寒くなり風邪をひきやすい季節になります。元気サラダを食べて元気な体をつくりましよう。

令和3年10月26日(火) 第二学校給食センター

(献立名) 小型コッパン 牛乳 きのこのトマトソーススパゲティ
五目サラダ りんご



【ひとロメモ】

旬の果物 りんごについて知ろう

(勤労と感謝)

日本でりんごが栽培されるようになったのは、明治4年にアメリカから75品種のりんごの苗木を取り寄せたことに始まります。日本はその後、りんごの生産に力を入れ、数多くの品種ができました。

現在、日本で最も生産量の多いりんごは「ふじ」で、近年アメリカやニュージーランドでも人気が高く、栽培が始められているそうです。

りんごは、涼しい気候を好むので、本州中部より北、特に東北・北海道で栽培が盛んです。その中でも、青森県、長野県が有名な産地です。最近では、低温貯蔵されるので、ほとんど年中食べられるようになりました。

今日のりんごは、青森県と長野県のもので、育ててくれた人に感謝していただきますよう。

令和3年 10月 26日(火)

飯山学校給食センター

【献立名】 小型ミルクパン

牛乳 カレービーンズ 里芋のフリッター

元気サラダ (小・中) ミニトマト

《今日の丸亀産の食材》

にんにく キャベツ

きゅうり パセリ



【ひと口メモ】

元気サラダを味わおう

(健康によい食事のとり方)

今日のめあては「元気サラダを味わおう」です。

「元気サラダ」は、小学1年生の国語で習う「サラダで元気」に登場するサラダを実際に給食で再現したものです。

お話しの中で病気のお母さんのために、りっちゃんがいろいろな動物に助けをもらいながらサラダを作ります。お話しを思い出してみましよう。りっちゃんがサラダを作っている時にしろくまから届いた電報には、何をいれたらいいと書いてあったでしょうか。

正解は、「こんぶ」です。こんぶを入れるとかぜをひかないで、いつも元気だと、しろくまさんが教えてくれましたね。

元気サラダの中には、力のもとになる黄色、体をつくる赤、体の調子を整える緑の食べ物がそろっています。寒くなり風邪をひきやすい季節になりますが、元気サラダを食べて元気な体をつくりましよう。