

令和5年 10月 12日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳 さつまいものシチュー
ひじきのマリネ きなこビーンズ



【ひとロメモ】

さつまいもについて知ろう

(食文化)

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、健康によい食品です。

今日のようにシチューに入れたり、ご飯と一緒にたきこんだり、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5年 10月 12日(木) 第二学校給食センター

(献立名) 黒糖パン 牛乳 冬瓜と肉団子のスープ煮
いもいもサラダ 小煮干しとアーモンドのいり煮



【ひとロメモ】

旬のいもについて知ろう

(食文化)

今日のサラダには、「じゃがいも」「さつまいも」「里芋」の3種類のいもを使っています。

里芋は、秋から冬にかけてよく食べられます。香川県では「いもたこ煮」や「たきこみごはん」、「打ち込みうどん」「しっぽくうどん」などの郷土料理によく使われており、なじみの深い食べ物です。

里芋は山にできる「やまのいも」に対して里で栽培されるため、このような名前がつけました。また、田んぼの片隅でも栽培できることから、「田いも」とも呼ばれています。里いもは親いもから子いも、孫いもとどんどん増えていくので、子孫繁栄のめでたい食べ物としてお正月やお祝の料理には欠かせないたべものです。

令和5年 10月 12日(木)

飯山学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳

さつまいものシチュー

ひじきのマリネ きなこビーンズ

《今日の丸亀産の食材》

きゅうり、さつまいも



【ひとロメモ】

旬のさつまいもについて知ろう

(感謝の心)

今日のめあては、「旬のさつまいもについて知ろう」です。

今日の給食には、今が旬のさつまいもをふんだんに使ったさつまいもシチューが登場していますね。さつまいもは、肥料や水が多い土地よりも、やせた水はけの良い土地を好み、過酷な環境の中でも育てやすい作物として、昔から重宝されてきました。小学2年生の生活科で育てている人もいるかもしれませんね。

そこで、地元の農家さんに、さつまいもの上手な育て方を聞いてみました。ポイントは2つあります。1つめは、肥料をやりすぎないこと。2つめは、「つる返し」をすること。太らせたい根の部分以外の根が伸び始めたら、そのつるを土から抜いてひっくり返しておく、栄養分がいもに集中して大きいいもになるそうです。生産者の方々は、おいしいさつまいもを育てるために、工夫して育ててくれていることがわかりましたね。

育ててくれた人、そして秋の恵みに感謝して、残さずおいしくいただきますよう。