

令和 5 年 12 月 20 日 (水) 中央学校給食センター

【献立名】 ごはん 牛乳 さばの香味焼き
ツナとキャベツのからしごま和え 冬の月菜汁



【ひとロメモ】

おいでまいについて知ろう

(食文化)

給食の米は、香川県で生まれたお米「おいでまい」を使っています。

香川県では米作りが盛んに行われています。しかし、地球の温暖化により、見た目が良くない米が多くできることから、今の香川県の気候に合った、暑さに負けないお米が作られました。それが、「おいでまい」という名前のお米です。

このお米は、「あわみのり」と「ほほえみ」というお米を掛け合わせて生まれたお米で、粒の大きさがそろっていて、味にくせがなく、どんな料理とも相性が良いのが特徴です。このおいでまいは、平成 25 年に行われた「米の食味ランキング」で最高ランクの「特A」の評価を四国で初めて受けました。

香川県の農家さんが大切に育ててきた「おいでまい」を味わっていただきましょう。

令和5年 12月 20日(水) 第二学校給食センター

(献立名) 麦ごはん 牛乳 すき焼き風煮
切干大根のごまあえ みかん 【中】アーモンド小魚



【ひとロメモ】

すきやきの栄養について知ろう

(食文化)

外国で、日本料理を代表するものという「すきやき」といわれるくらい有名な料理です。寒い時期に、家庭でもよく作られる、鍋料理の一つになっています。

すきやきの名前の由来は、牛肉を農機具である「すき」の上で焼いたことから、「すき焼き」といわれるようになったそうです。すき焼きには、牛肉だけでなく、大根や白菜などの野菜や、焼き豆腐、こんにゃく、きのこなど、多くの材料を使うので、一つの鍋でほとんどの栄養素がバランスよくとれます。

家庭で鍋ものを食べる時も、肉ばかりでなく野菜をいっしょに食べて、栄養がかたよらないようにするといいですね。

令和5年 12月 20日(水) 飯山学校給食センター

【献立名】 ごはん 牛乳
さばの香味焼き キャベツのからしごまあえ
冬の月菜汁

《今日の丸亀産の食材》
キャベツ、小松菜、ほうれん草、
大根、白ねぎ



【ひと口メモ】

新米のおいでまいを味わおう

(感謝の心) (食文化)

今日のめあては、「新米のおいでまいを味わおう」です。

今日の給食のごはんは、香川県で生まれたお米、「おいでまい」を使っています。

香川県では米作りが盛んに行われています。しかし、地球の温暖化により、見た目が良くない米が多くできるようになったことから、今の香川県の気候に合った、暑さに負けないお米が作られました。それが、「おいでまい」という名前のお米です。

このお米は、粒の大きさがそろっていて、味にクセがなく、どんな料理とも相性がいいのが特徴です。この「おいでまい」は、平成25年に行われた「米の食味ランキング」で最高ランクの「特A」の評価を四国で初めて受けました。また、過去5回最高賞の「特A」の評価を受けています。今年の「おいでまい」も「特A」の評価をとれると良いですね。

12月から給食のお米は、今年の新米に切り替わります。香川県の農家さんが大切に育ててくれた「おいでまい」を味わっていただきましょう。