

令和6年 2月 7日(水) 中央学校給食センター

【献立名】 白菜うどん 牛乳 かぼちゃのかのこ揚げ  
切干大根とツナの和え物 黒糖ビーンズ(小・中)



【ひとロメモ】

## 旬の白菜を味わおう

(感謝の心)

白菜といえば、冬の代表的な野菜ですね。さて、クイズです。白菜一株は、何枚くらいの葉でできているのでしょうか？

- ① 20～30枚
- ② 50～60枚
- ③ 80～100枚

(少し待つ…)

答えは、③の80～100枚です。たくさんの葉で覆われているのですね。これは冬の寒さに負けないように白菜自身を守るためです。外側の固い葉でしっかりと霜から身を守ります。寒さにたえた白菜の葉は甘味成分が増え、甘くておいしい白菜になります。

力強く冬を越している白菜の栄養をいただくことに感謝して「白菜うどん」をおいしくいただきます。"

令和6年 2月 7日(水) 第二学校給食センター

(献立名) ほたてごはん 牛乳 わかさぎのから揚げ  
ほうれんそうとコーンのごまドレッシングあえ ジャがいものみそ汁  
キャンディチーズ



【ひとロメモ】

## 北海道の料理を味わおう

(食文化)

今日の給食は北海道でよく食べられる食材をたくさん使いました。北海道の料理は、伝統的な日本料理の影響を受けることが少なく、食材に簡単な調理を加えただけという、素材の良さを生かした料理が多いようです。

北の海で養殖が盛んに行われている「ほたて貝」は、冷凍されたものが1年中食べられますが、旬は今ごろの季節です。ほたての他にも湖でたくさんとれる「わかさぎ」、北海道の特産物である「コーン」や「じゃがいも」を使って調理しました。

寒くて雪の多い北海道の食材を味わいましょう。

令和6年 2月 7日(水) 飯山学校給食センター

【献立名】白菜うどん 牛乳 (小中:黒糖ビーンズ)  
かぼちゃのかのこあげ  
切り干し大根とツナのあえもの

《今日の丸亀産の食材》  
白菜、葉ねぎ、チンゲン菜



【ひとロメモ】

## 旬の白菜について知ろう

(感謝の心)

今日のめあては「旬の白菜について知ろう」です。

白菜はキャベツと同じアブラナ科の野菜です。原種は地中海沿岸が原産地とされていますが、白菜として発達したのは中国北部で、今から約1400年前の、7世紀頃に最初の白菜の形が誕生したと考えられています。最初は丸くならない不結球型で、16~18世紀頃に今のように葉が丸く結球するようになったといわれています。

日本には、江戸時代末期にやってきたそうで、本格的につくられるようになったのは今から約120年ほど前と、比較的新しい野菜なのだそうです。今では、私達日本人にとって、冬の食卓には欠かせない野菜ですね。

今日の白菜は、丸亀市内の農家さんが寒い日も畑に出て、大切に育ててくれました。感謝の気持ちで、味わって食べましょう。