

令和6年 4月 26日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 ポークカレー 牛乳 元気サラダ ミニトマト (中のみ)



【ひとロメモ】

## 後片付けをきちんとしよう

(社会性)

「ごちそうさま。」の挨拶で食べる時間は終わりになりますが、給食はそこで終わりではありません。みなさんが後片付けをきちんとしてくれると、給食のコンテナの片づけをしてくれる先生や給食センターの調理員さんの仕事がとてもスムーズに進みます。次の3つのことに気をつけましょう。

①食器はきれいにしておきましょう。ごはんつぶや細かい野菜などが食器のまわりについていませんか。また、ストローなどの袋の切れ端が食器の間にはさまっていると機械の故障の原因になります。食器をきれいにしてからおきましょう。

②食器を種類ごとに向きをそろえて返しましょう。スプーンの向きもきちんとそろえましょう。

③牛乳パックの中に飲み残しがないようにしましょう。飲み残した牛乳があると牛乳パックをたたむときに牛乳がぼたぼた落ちてしまいます。一人ひとりが気をつけて後片づけをしましょう。

(中学校だけ読んでください。)

また、今日の給食はミニトマトがあります。しっかりよくかんで食べましょう。

令和6年 4月 26日(金) 第二学校給食センター

(献立名) ごはん 牛乳 豚肉とじゃがいもの煮物  
小いわしのフライ キャベツの昆布あえ



【ひとロメモ】

## 春キャベツについて知ろう

(食事の重要性)

春に出回る葉のやわらかいキャベツは「春キャベツ」とよばれます。冬のキャベツは葉がしっかり巻かれ、手に持つとずっしり感じるのに対し、春にとれるキャベツはふわっと巻かれ、葉もやわらかいので、そのまま千切りなどにして生で食べるのがおいしいです。

キャベツにはビタミンCのほか、キャベジン(ビタミンU)が含まれ、傷ついた胃腸の粘膜を修復する作用があるといわれます。また食物繊維も豊富です。

今日の「キャベツの昆布あえ」には春キャベツを使っています。おいしく食べておなかを元気にしましょう。

令和6年 4月 26日(金)

飯山学校給食センター

【献立名】ポークカレーライス

牛乳 元気サラダ

(中: ミニトマト)

《今日の丸亀産の食材》

キャベツ、セロリ



【ひとロメモ】

## ルウの種類について知ろう

(食文化)

今日のめあては「ルウの種類について知ろう」です。

みなさんは、何種類のルウがあるか知っていますか。

(5秒まつ)

ルウは仕上がりの色により、3種類に分けられます。

シチューやグラタンに使われるホワイトルウ、トマトソースに使われるライトイエロールウ、カレーなどに使われるブラウンルウがあります。

ルウとは、小麦粉をバターで炒めたものです。スーパーなどでも市販のルウが売られていますね。

丸亀市では、調理員さんが料理に合わせてルウを手作りしています。今日の給食では、ポークカレーがでていますね。

感謝して、味わっていただきましょう。