

令和6年 5月 16日(木) 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 ポークビーンズ
マカロニサラダ アーモンドいりこ



【ひとロメモ】

じゃがいもについて知ろう

(食文化)

じゃがいもは1年に2回、春と秋に収穫できるので「二度いも」ともいわれます。春にとれるじゃがいもは「新じゃが」と呼ばれ、皮が薄いので、きれいに洗うと丸ごと料理に使うこともできます。

じゃがいもはでんぷんが主な成分ですが、加熱しても壊れにくいビタミンCが多く含まれるので、今日のように加熱していてもビタミンCをしっかりとることができます。

給食でも旬のこの時期にサラダや煮物、みそ汁、スープ、カレー、シチューなどいろいろな料理にじゃがいもが登場しています。今日はポークビーンズにじゃがいもが入っています。味わって食べましょう。

令和6年 5月 16日(木) 第二学校給食センター

(献立名) コッペパン 牛乳 ポトフ
小煮干しとアーモンドの揚げ煮 フルーツポンチ



【ひとロメモ】

アーモンドについて知ろう

(食品を選択する能力)

アーモンドは、種実の一種です。種実とは、植物の種に栄養がたくわえられ、大きくなった部分のことです。種から、芽や根が出て育つために必要な、でんぷんや脂肪、たんぱく質、カルシウム、ビタミン類を含んだ栄養価の高い食べ物です。

アーモンドは地中海沿岸やカルフォルニアでたくさん栽培されていて、日本にもたくさん輸入されています。

日本では小豆島などで少し栽培されています。

「小煮干しとアーモンドの揚げ煮」をよくかんで食べましょう。

令和 6年 5月 16日(木)

飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳
ポークビーンズ マカロニサラダ
アーモンドいりこ

《今日の丸亀産の食材》
玉ねぎ、パセリ、きゅうり



【ひとロメモ】

じゃがいも

(食事と文化)

今日のめあては、「旬のじゃがいもを知ろう」です。

じゃがいもを使った料理が給食ではよく登場しますね。じゃがいもは、1年中出回っていますが旬は5月から6月頃と9月から12月頃の年2回です。日本で主に栽培されているのは、約20種類ありますが、「だんしゃくいも」と、「メークイン」という種類が有名です。じゃがいもの原産地は、南アメリカのアンデス地方といわれています。日本には、オランダ船によって、インドネシアのジャガタラ、今のジャカルタから伝わってきました。そのため、「ジャガタライも」と名前がつけられ、これが、だんだん変化して「じゃがいも」になったといわれています。

今日は、取れたばかりの新じゃがいもを使っています。ホクホクとした新じゃがいもを味わって食べましょう。