令和６年　　５月　22 日（水）　　中央学校給食センター

【献立名】　　えんどうご飯　牛乳　高野豆腐のおとし揚げ
キャベツのゆかり和え　春の月菜汁　昆布大豆（小・中）

【ひと口メモ】

えんどう豆について知ろう

（食文化）

はじめにクイズをします。グリンピースは、ある豆を若いうちに収穫したものです。ある豆とは次のうちどれでしょう。

①　大豆　　②いんげん豆　　③えんどう豆　　（5 秒待つ）

正解は、③えんどう豆です。

えんどうは、熟した豆を乾燥した「えんどう豆」と、若いさやごと食べる「さやえんどう」、やわらかい豆を食べる「グリンピース」の３種類あり、さやえんどうとグリンピースは野菜の仲間、えんどう豆は、豆類です。さやから取り出したばかりの生の「むきえんどう」が手に入るのは、１年のうち、この時期だけです。

今日は、丸亀市内でとれたむきえんどうを使って、えんどうごはんにしています。栄養たっぷりのえんどう豆を残さず食べましょう。

令和６年　５月　２２日（水）　　第二学校給食センター

（献立名）　ビビンバ　牛乳　わかめスープ　【小中】昆布大豆

【ひと口メモ】

韓国の料理やマナーを知ろう

（社会性）

日本と韓国は昔から結びつきが強く、近年は文化的な交流もさかんになり、韓国料理の店も増えています。

今日の給食では、韓国の代表的な料理のひとつである「ビビンバ」を取り入れています。ビビンバは韓国の混ぜご飯のことで、「ビビン」が「混ぜ」、「バ」が「ご飯」の意味です。炊きあがったご飯の上に、野菜のあえ物や肉の炒め物などを彩りよくのせ、混ぜて食べます。

韓国は日本のとなりの国ですが、食事のマナーには違いがあります。日本では、食器を持って食べるのが正しいマナーですが、韓国では食器を持たずに机に置いてたべるのが、正しいマナーです。国によってマナーが違うことを知るのは、いろんな国の人と交流したり、相手のことを知ったりする上で大切なことですね。

令和　6 年　5 月　22 日（水）　　飯山学校給食センター

【献立名】　豚丼　牛乳
そら豆のカレー揚げ
チンゲン菜のおひたし

≪今日の丸亀産の食材≫
葉ねぎ、玉ねぎ、そら豆、チンゲン菜、
小松菜、キャベツ

【ひと口メモ】

新玉ねぎ

（心身の健康）

今日のめあては「新たまねぎについて知ろう」です。

たまねぎは香川県内でも多く栽培されていて、４月から６月に収穫されます。

収穫したあと、乾燥させて出荷前に布できれいにそうじした「みがきたまねぎ」はとても品質がよく全国的に有名です。たまねぎには、血液をさらさらにする効果があり、生活習慣病を予防できる野菜として注目をあびています。これからの時期は、丸亀市内でとれた甘い新たまねぎをたくさん使うので、味わって食べてくださいね。

また、今日は旬のそら豆もカレー揚げになって登場しています。この献立に使っているそら豆は、丸亀市の生産者の方々が大切に育ててくれたものを、昨日、飯山北小学校、飯山南小学校の２年生の皆さんが、丁寧にさやむきしてくれました。そら豆を育ててくれた人、調理に携わってくれた人たちに感謝して、味わっていただきましょう。