

令和6年 5月 27日(月) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 かつおの黒潮ソースかけ
ひじきとじゃこの和えもの キャベツのみそ汁



【ひとロメモ】

旬の魚「かつお」を味わおう

(食文化)

かつおにまつわる俳句に「目に青葉、山ほととぎす、初がťお」の句があるように野山が青葉に包まれる、4月から5月が「初がťお」のおいしい時期です。

初がťおは脂肪が少なく身がやわらかいので、高知県の郷土料理として有名な「たたき」にすると、さっぱりとした風味があじわえます。ほかにも、さしみ、照り焼き、角煮などにします。かつおは、体や血液を作るもとになるたんぱく質や鉄分が豊富に含まれています。

今日の給食は、角切のかつおをしょうがとしょうゆで下味をつけてから揚げにして黒砂糖とねり梅で作った黒潮ソースをからめています。

今が旬のかつおをよく味わって食べましょう。

令和6年 5月 27日(月) 第二学校給食センター

(献立名) 麦ごはん 牛乳 高野豆腐のおとし揚げ
キャベツとちりめんのごまあえ ジャがいものみそ汁



【ひとロメモ】

給食当番は正しい服装を身につけよう

(社会性)

給食当番は、みなさんが楽しみにしている給食を安全で衛生的に準備して配膳する大切な役割があります。次の6つのポイントに気をつけましょう。

1. つめが伸びている人は短くきっておきましょう。
2. 清潔なエプロンをきちんと身に付けましょう。
3. かみの毛が出ないように帽子をかぶりましょう。
4. マスクは口と鼻がかくれるようにつけましょう。
5. 給食用のハンカチを用意しましょう。
6. 石けんを使って十分な手洗いをしましょう。

令和 6年 5月 27日 (月)

飯山学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳

かつおの黒潮ソースかけ ひじきとじゃこの和え物
キャベツのみそ汁

《今日の丸亀産の食材》

きゅうり、キャベツ、小松菜、
玉ねぎ、葉ねぎ



【ひと口メモ】

初がつお

(食文化)

今日のめあては「初がつおを味わおう」です。

かつおにまつわる俳句、『目に青葉 山ほととぎす 初がつお』

という句にあるように、野山が青葉に包まれる4月から5月は「初がつお」のおいしい時期です。

初がつおは脂肪が少なく身がやわらかいので、高知県の郷土料理として有名な「たたき」にすると、さっぱりとした風味があじわえます。ほかに、さしみ、照り焼き、角煮などにして食べられます。

今日の給食は、角切りのかつおを、しょうがとしょうゆで下味をつけて、から揚げにし、黒砂糖とねり梅で作った黒潮ソースをからめています。

今が旬のかつおをよく味わって食べましょう。