

【献立名】 焼き鳥井 牛乳 小松菜のちりめん和え
豆腐とわかめのみそ汁



【ひとロメモ】

香川県産のちりめんについて知ろう

(食文化)

給食クイズをします。今日の小松菜のちりめん和えには、小さな魚が入っていますね。これがちりめんです。では、このちりめんは次のうちの魚の仲間でしょう。

①さば ②あじ ③いわし (…5秒待つ)

正解は③のいわしです。香川県では、観音寺市の伊吹島でかたくちいわしが多くとれ、新鮮なかたくちいわしを島の加工場でゆでて、乾燥させると、いりこができます。いりこは、大きさによって呼び名が変わり、今日の和えものに入っている大きさのいりこは「ちりめん」と呼ばれます。

ちりめんには、骨を丈夫にするカルシウムがたっぷり含まれているので、成長期のみなさんに食べてほしい食べ物のひとつです。野菜と一緒によくかんで残さず食べましょう。

令和6年 6月 26日(水) 第二学校給食センター

(献立名) 焼きとり丼 牛乳 和風サラダ 豆腐のすまし汁



【ひとロメモ】

だしのとり方について知ろう

(食文化)

みなさんは、世界一かたい食べ物は何だと思いますか。正解は、かつおぶしです。みなさんが普段食べている、お好み焼きにふりかけるふわふわのものは「けずりぶし」で、かたいかつおぶしを「かなな」という道具でけずったものです。

今日の「とうふのすまし汁」は、「煮干し」と「かつおぶし」でだしをとっています。それぞれのだしだけでも十分おいしいのですが、2つのだしを合わせることで相乗効果が生まれ、うまみがさらに深まり、おいしくなります。

世界に自慢できる和食だしのおいしさを感じながら味わってください。

令和 6 年 6 月 26 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】 焼き鳥丼 牛乳
小松菜のちりめんあえ
豆腐とわかめのみそ汁

《今日の丸亀産の食材》

小松菜 キャベツ 葉ねぎ 玉ねぎ



【ひとロメモ】

ちりめん

(食文化)

今日のめあては、「ちりめんについて知ろう」です。

讃岐うどんの出汁に欠かせないiriこは、かたくちいわしの煮干しのことです。このかたくちいわしの稚魚を乾燥させたのが「しらす干し」さらに乾燥させたのが「ちりめん」です。ちりめんは、乾燥度合にもよりますが、かむほど味が出るしっかりとした食感が特徴です。

香川県では主に西讃地域でちりめんが作られています。漁場が近いので鮮度が高い魚が使われています。

今日は和え物にちりめんを使用しました。味わっていただきましょう。