

令和 6 年 9 月 25 日 (水) 中央学校給食センター

【献立名】 たまご丼 牛乳 大学芋
チンゲンサイのごまドレッシング和え



【ひとロメモ】

さつまいもについて知ろう

(食文化)

秋が旬のさつまいもは、中央アメリカ原産で、15世紀にアメリカ大陸へ渡ったコロンブスが、スペインに持ち帰り、そこから世界中に広がりました。日本に入ってきたのは、18世紀前半で、青木昆陽という学者が全国に広めました。

さつまいもは、育てやすく保存することもできるので、飢饉や戦争中など食べ物がなかった時に、たくさんの人の命を救いました。さつまいもの主な成分はでんぷんで、熱や力のもとになります。ほかにも、ビタミンCや食物せんいが多く含まれ、健康によい食品です。

給食では、今日のように大学芋にしたり、ごはんといっしょに炊き込んだり、みそ汁にいれたり、これからの季節は、さつまいもがよく登場します。秋の味覚を味わってください。

令和6年 9月 25日(水) 第二学校給食センター

(献立名) ごはん 牛乳 さんまの塩焼き&すだち
きゅうりのおかかあえ 玉ねぎのみそ汁



【ひとロメモ】

旬のサンマについて知ろう

(食品を選択する能力)

秋はサンマがたくさんとれる時期ですが、サンマがとれる量が年々少なくなってきました。理由には、地球全体の気候変動のため、日本の沿岸の海水温が高くなり、冷たい海を好むサンマが近寄らなくなってきたこと、台湾やロシアなどの外国でもおいしいサンマを食べるようになって、以前よりもたくさんサンマをとるようになったことなどが考えられています。

今日の給食は「さんまの塩焼きとすだち」です。サンマは骨がたくさんあるので、苦手な人もいると思いますが、数が少なくなっている貴重なサンマです。少しでも食べてみてくださいね。

令和 6 年 9 月 25 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】 玉子どんぶり 牛乳
チンゲン菜のごまドレッシングあえ 大学いも

《今日の丸亀産の食材》

葉ねぎ チンゲン菜



【ひとロメモ】

さつまいもの栄養について知ろう

(心身の健康)

秋が旬のさつまいもは、中央アメリカ原産で、15世紀にアメリカ大陸へ渡ったコロンブスが、スペインに持ち帰り、そこから世界中に広がりました。日本に入ってきたのは、18世紀前半で、青木昆陽という学者が全国に広めました。

さつまいもは、育てやすく長く保存することもできるので、飢饉や戦争中など食べ物がなかった時に、たくさんの人を救いました。さつまいもの主な成分は炭水化物で、熱や力のもとになります。ほかにも、ビタミンCや食物繊維が多く含まれ、健康によい食品です。

ごはんといっしょに炊き込んだり、みそ汁にいれたり、これからの季節は、さつまいもがよく登場します。今日の給食では、大学いもにしてみました。味わっていただきましょう。