

令和 6 年 12 月 2 日（月） 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 すき焼き風煮
 ほうれんそうとたくあんのごま和え れんこんチップス



【ひと口メモ】

すき焼きについて知ろう

（食文化）

外国で、日本料理を代表するものというとき、「スキヤキ」と、いわれるくらいすき焼きは有名な料理です。寒い時期に、家庭でもよく作られる、鍋料理の一つになっています。

すき焼きは、はじめは、牛肉を農家にある道具の一つの「すき」の上で焼いたことから、「すき焼き」といわれるようになりました。

すき焼きは、牛肉だけでなく、白菜やねぎなどの野菜や、焼き豆腐、こんにゃく、きのこなど、多くの材料を使うので、一つの鍋で、ほとんどの栄養素がバランスよくとれます。

家庭で鍋物を食べるときも、肉ばかりでなく野菜をいっしょに食べて、栄養がかたよらないようにするといいいですね。

令和6年 12月 2日（月） 第二学校給食センター

（献立名） 麦ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き
食べて菜のアーモンドあえ いものこ汁



【ひとロメモ】

食べて菜について知ろう

（感謝の心）

今日のアーモンドあえには、「食べて菜」という野菜が入っています。この「食べて菜」は香川県の農業試験場で生まれた野菜です。お母さんが「さぬき菜」で、お父さんが「小松菜」です。歯ざわりはシャキシャキとしていて、苦みが少ないのが特徴です。学校給食ではおなじみで、最近、スーパーマーケットでも出回るようになりました。この「食べて菜」の名前は、香川県の方言で「みんなに食べてほしい」という意味の言葉で、香川県の小学生が名づけた名前です。

今日の「食べて菜」は、丸亀市内の農家の人が一生涯懸命育ててくれたものです。感謝してよく味わって食べましょう。

令和 6 年 12 月 2 日 (月)

飯山学校給食センター

【献立名】 麦ごはん

牛乳 すき焼き風煮

ほうれん草とたくあんのごまあえ

れんこんチップス

《今日の丸亀産の食材》

白菜 大根 かぶ 春菊 チンゲン菜



【ひと口メモ】

すき焼きについて知ろう

(食文化)

外国で、日本料理を代表するものという、「スキヤキ」と、いわれるくらい有名な料理です。寒い時期に、家庭でもよく作られる、鍋料理の一つになっています。

すき焼きは、はじめは、牛肉を農家にある道具の一つの「すき」の上で焼いたことから、「すき焼き」といわれるようになりました。

すき焼きは、牛肉だけでなく、白菜やねぎなどの野菜や、焼き豆腐、こんにゃく、きのこなど、多くの材料を使うので、一つの鍋で、ほとんどの栄養素がバランスよくとれます。

家庭で鍋物を食べる時も、肉ばかりでなく野菜をいっしょに食べて、栄養がかたよらないようにするといいですね。