

令和7年 4月 11日(金) 中央学校給食センター

【献立名】 ポークカレー 牛乳 アスパラガスのサラダ
はっさく



【ひとロメモ】

旬のはっさくについて知ろう

(食文化)

今日の給食のはっさくは、丸亀市で栽培されているものです。最もおいしく食べられる完熟のものが、3月から4月中旬ぐらいまでと言われており、今が一番おいしい時期です。

はっさくは日本が原産のみかんで、江戸時代の終わりごろに広島県因島市田熊町の浄土寺というお寺で原木が発見されたそうです。皮が厚く、中の袋もしっかりとしているので、むかないと食べられません。果肉は歯ごたえがあり、ちょうど良い甘さと酸味、少しの苦味もあり、特徴的な味わいです。

はっさくにはビタミンCが豊富に含まれており、風邪予防に効果があります。また酸味のもとであるクエン酸は、疲労回復と血液をきれいにしてくれます。

完熟の美味しいはっさくなので、ぜひ、上手にむいて食べましょう！

令和7年 4月 11日(金) 第二学校給食センター

(献立名) 麦ごはん 牛乳 さわらのみそマヨネーズ焼き
キャベツのしらすあえ ジャがいものみそ汁



【ひとロメモ】

しらすを味わおう

(食文化)

今日のキャベツのしらすあえには、小さな魚が入っています。「しらすぼし」といいます。クイズです。このしらすぼしは、次のうちどの魚の子どもでしょうか。

①さば ②あじ ③いわし

答えは、③のいわしです。「しらすぼし」は、主にかたくちいわしの卵からかえって間もない魚のことをいいます。

給食で使っているしらすぼしは、瀬戸内海でとれ、すぐにゆでて冷やし、天日干しされたものです。頭からしっぽまで丸ごと食べられるので、カルシウムをたっぷりとることができますよ。味わっていただきましょう。

令和 7年 4月 11日 (金)

飯山学校給食センター

【献立名】

ポークカレー (ダイシモチ麦ごはん)

牛乳

アスパラガスのサラダ はっさく

《今日の丸亀産の食材》

セロリ 春キャベツ はっさく



【ひとロメモ】

旬のはっさくについて知ろう

(食文化)

今日の給食についているはっさくは、丸亀市内で栽培されているものです。丸亀市綾歌町大原地区の「丸龍ハッサク」は大玉できめ細かく、味わいがよいため人気です。最もおいしく食べられる完熟のものが、3月から4月中旬ぐらいまでと言われており、今が一番おいしい時期です。

はっさくは日本が原産のみかんで、皮が厚く、中の袋もしっかりとしているので、むかないと食べられません。果肉は歯ごたえがあり、適度な甘さと酸味があります。少し苦味もあり、特徴的な味わいがあります。

はっさくにはビタミンCが豊富にふくまれており、風邪予防に効果があります。また酸味のもとであるクエン酸は、疲労回復と血液をきれいにする働きがあります。

完熟のおいしいはっさくなので、ぜひ、上手にむいて食べましょう。