

令和7年 4月 15日(火) 中央学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳 アスパラガスのクリーム煮  
ひじきとツナのマリネ きなこビーンズ



【ひとロメモ】

## アスパラガスについて知ろう

(食文化)

今日のクリーム煮には、今が旬でおいしいアスパラガスが入っていますね。そこで、アスパラガスについてクイズをします。アスパラガスは、植物のどの部分を食べているでしょう。

①茎の部分 ②葉の部分 ③根っこの部分 (5秒待つ)

クイズの答えは、①の茎の部分です。アスパラガスは、春から夏にかけてがおいしい時期で、たくさん採れます。冬の間は土の中で栄養を蓄えており、春になると土から茎が出てきて、1日に4~6センチくらい伸びる、パワーのある野菜です。アスパラガスには、アスパラギン酸という私たちの体を元気にしてくれる成分がたくさん含まれています。アスパラガスから発見されたので、この名前が付けられたそうです。

今日のアスパラガスは香川県でとれました。アスパラガスが入ったクリームシチューを味わいましょう。

令和7年 4月 15日(火) 第二学校給食センター

(献立名) さぬきの夢パン 黒豆きなこクリーム 牛乳  
うずら卵とチンゲンサイのクリーム煮 ひじきとツナのマリネ  
小煮干しとアーモンドのいり煮



【ひとロメモ】

## パンの正しい食べ方を知ろう

(社会性)

みなさんは、パンをどのようにして食べていますか？

パンの正しい食べ方は、一口で食べられるくらいの大きさにちぎって食べます。

口を大きく開けてパンをかぶりついたり、中のやわらかいところだけをくりぬいて食べたりするのは、正しいマナーではありません。また、口の中にパンをいっぱい入れるのは、のどにつまる原因になります。

サンドイッチやハンバーガー以外のパンの時は、一口ちぎってパンの味を味わいながら食べるようにしましょう。

令和 7年 4月 15日 (火)

飯山学校給食センター

【献立名】 米粉パン 牛乳  
アスパラガスのクリーム煮  
ひじきとツナのマリネ きなこビーンズ

《今日の丸亀産の食材》  
チンゲン菜 アスパラガス キャベツ



【ひとロメモ】

## 旬のアスパラガスについて知ろう

(食文化)

植物のからだは、根・茎・葉からできています。では、アスパラガスは、根・茎・葉のどの部分を食べているのでしょうか。

①根 ②茎 ③葉

答えは②の茎です。

細かく言うと、若い茎と葉の部分を食べています。葉は茎の節についている三角形の部分で、葉としての役割は退化しているそうです。アスパラガスと同じく茎を食べる野菜には、たけのこ、たまねぎなどがあります。

今日はアスパラガスを食べやすく切ってクリーム煮に入れています。味わっていただきましょう。