

令和 7 年 4 月 18 日 (金) 中央学校給食センター

【献立名】 赤飯 牛乳 さわらの塩焼き 春キャベツのゆずポン酢和え
ふしめん汁 お祝いデザート



【ひとロメモ】

入学・進級お祝い給食を味わおう

(食文化)

今日は新しく入学してきた1年生を歓迎することと、みなさんの学年が一つ上がったお祝いとして、赤飯にしました。昔は、赤米という赤い色をしたお米を食べていて、蒸すと赤いごはんになりました。昔はお米はとても貴重なものであり、おめでたいことがあった時だけ食べていたようです。そのしきたりが今も残っていて、お祝いごとがある時には、みんなで赤飯を食べます。赤という色は、日本人にとって生きる力、生命力を表していると考えられています。

今日はさらに、さわらの塩焼きとお祝いデザートもついています。さわらは、成長するにしたがって名前が変わる「出世魚」で、大きくなるにつれ、「さごし」、「さわら」と呼び名が変わります。出世魚は縁起物とされていて、おめでたい日の食事の中によく登場しています。

みなでお祝いしながら食べましょう。

令和7年 4月 18日(金) 第二学校給食センター

(献立名) チキンカレーライス 牛乳 かみかみサラダ いちご



【ひとロメモ】

しっかりかんで食べよう

(心身の健康)

今日は、4月18日「4・1・8(よん いち はち)」で「よ・い・は」の日です。今年度も毎月1回、8のつく日を「かみかみデー」として、みなさんにかむことを意識してもらいたいと思っています。

食べ物をよくかんで食べると、歯やあごが強くなったり、消化吸収がよくなったり、脳への刺激になったりといいいことがたくさんあります。

今日の給食では、かみごたえのある「ごぼう」や「さきいか」を使ったサラダをとりいれています。

健康のために、しっかりよくかんで、食べる習慣をつけましょう。

令和 7 年 4 月 18 日（金）

飯山学校給食センター

【献立名】 赤飯 牛乳

さわらの塩焼き

春キャベツのゆず香あえ

ふしめん汁 お祝いクレープ

《今日の丸亀産の食材》

小松菜 春キャベツ 大根 玉ねぎ 葉ねぎ



【ひと口メモ】

お祝い献立を味わおう

（食文化）

今日は新しく入学してきた1年生を歓迎するとともに、みなさんの学年が一つあがったお祝いとして、赤飯にしました。昔のお米は、赤い色をしていて、蒸すと赤いごはんになりました。お米は大変貴重なものであり、おめでたいことがあったときだけ食べたようです。そのしきたりが現代にも伝えられてきて、お祝いごとがある時には、赤飯を食べるのです。

赤という色は日本人にとって生命力、つまり「生きる力」を意味すると考えられていました。また、赤い色は魔除けの意味もあるため、おめでたい事がある時に赤飯を食べることで、悪いものを追い払う、という意味も込められています。

お祝い献立を味わっていただきましょう。