

令和 7 年 4 月 25 日 (金) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 高野豆腐のおとし揚げ
小松菜とコーンの和え物 たけのこの土佐煮



【ひとロメモ】

旬の野菜、たけのこについて知ろう

(食文化)

「たけのこ」は、漢字で書くと、竹かんむりに旬と書きます。たけのこはとても成長が早く、食べられるのは芽が出てから10日間くらいまでで、それを過ぎると竹になるという意味からできた漢字だそうです。

小学校2年生では、国語で「たけのこぐん」という力強い詩を勉強しますね。

たけのこは1年中、料理に使われますが、実は春が旬の食べ物です。今日は香川県でとれた、たけのこを使っています。

春の恵みをおいしく味わって食べましょう。

令和7年 4月 25日（金） 第二学校給食センター

（献立名） ごはん 牛乳 豚肉とじゃがいもの煮物
キャベツの昆布あえ 小いわしのフライ



【ひとロメモ】

春キャベツについて知ろう

（食事の重要性）

春に出回る葉のやわらかいキャベツは、「春キャベツ」とよばれます。

冬のキャベツは葉がしっかり巻かれ、手に持つとずっしり感じるのに対し、春にとれるキャベツはふわっと巻かれ、葉もやわらかいので、そのまま千切りなどにして生で食べるのがおいしいです。

キャベツにはビタミンCのほか、キャベジン（ビタミンU）が含まれ、傷ついた胃腸の粘膜を修復する作用があるといわれます。また食物繊維も豊富です。

今日の「キャベツの昆布あえ」には春キャベツを使っています。おいしく食べておなかを元気にしましょう。

令和 7 年 4 月 25 日（金）

飯山学校給食センター

【献立名】 麦ごはん

牛乳 高野豆腐のおとしあげ

小松菜とコーンのあえもの

たけのこの土佐煮

《今日の丸亀産の食材》

小松菜 キャベツ



【ひと口メモ】

旬の野菜、たけのこについて知ろう

（食文化）

「たけのこ」は、漢字で書くと、竹かんむりに旬と書きます。これは、たけのこは、芽が出てから10日間くらいが食べられる期間で、それを過ぎると竹になるという意味から、できた漢字なのだそうです。

小学校2年生では、国語で「たけのこぐん」という力強い詩をお勉強しましたね。

たけのこは1年中、料理に使われますが、じつは春が旬の食べ物です。今日は香川県でとれたたけのこを使っています。

春の恵みをおいしく味わって食べましょう。