

令和 7 年 11 月 6 日 (木) 中央学校給食センター

【献立名】 黒糖パン 牛乳 白菜と肉団子のスープ
ポテトサラダ 小煮干しとアーモンドの炒り煮



【ひとロメモ】

旬の食材、白菜について知ろう

(食文化)

白菜は種は小さいのに、種を植えて 2 ヶ月ほどで 1 玉 3 k g まで育つ、生命力にあふれた野菜です。4 ～ 6 月に出回る春白菜、7 ～ 8 月の「夏白菜」、9 月から 3 月に出回る「冬白菜」と、1 年中白菜が栽培されています。

その中でも最も生産量が多く、1 玉の重量が重いのが「冬白菜」です。冬の寒い朝、霜がおりることもありますが、そんな時白菜は自分自身が凍ってしまわないように、体を守ります。このときに白菜の体の中のでんぷんを糖に変えます。その結果、甘みが強い、おいしい白菜になります。

今日は白菜と肉団子が入ったスープです。これから旬を迎える甘くておいしい白菜をいただきます。

令和7年 11月 6日(木) 第二学校給食センター

(献立名) コッペパン 【小中】黒豆きなこクリーム 牛乳
ポトフ スパイシービーンズ 柿入りフルーツポンチ



【ひとロメモ】

旬の果物 柿について知ろう

(感謝の心)

今日のフルーツポンチには、季節のくだもの「柿」が入っています。香川県では明治40年代ごろから本格的な生産が始まりました。現在では高松市や綾川町などの、なだらかな小さい山が続く地形の場所で多く栽培されています。

甘くて大きい形をした「さぬき富有柿」は人気があります。

今が旬のおいしい柿を味わって食べましょう。

令和 7 年 11 月 6 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】

黒糖パン 牛乳 白菜と肉団子のスープ煮
ポテトサラダ 小煮干しとアーモンドの炒り煮

《今日の丸亀産の食材》

チンゲン菜 きゅうり



【ひとロメモ】

旬の白菜について知ろう

(食文化)

白菜は、キャベツと同じアブラナ科の野菜です。原産地は地中海沿岸とされていますが、今から約 1400 年前に中国で、最初の白菜の形が誕生したと考えられています。最初は葉が丸くならない形でしたが、だんだん改良されて、16～18 世紀頃に今のように葉がしっかりと巻いた形になったそうです。

日本には、江戸時代の終わりに伝わり、本格的につくられるようになったのは、今から約 120 年ほど前と比較的新しい野菜です。今では、わたしたち日本人にとって、冬の食卓には欠かせない野菜ですね。

今日は、旬の白菜が入った白菜と肉団子のスープ煮です。味わっていただきましょう。