

令和 8 年 1.月 28 日 (水) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 コノシロの甘酢漬け 食べて菜のいそか和え  
けんちん汁 しょうゆ豆



【ひとロメモ】

## 香川県の地場産物、コノシロと郷土料理、 しょうゆ豆について知ろう

(食文化)

今日の給食には、香川県でとれたコノシロという魚の甘酢漬けが登場しています。漢字で魚へんに「冬」と書き、その名前のとおり冬に旬を迎えます。

コノシロは、いわしやニシンの仲間で、成長とともに「シンコ、コハダ、コノシロ」と呼び名が変わる出世魚です。小さい骨がたくさんありますが、骨ごと食べられるように調理されているので、よくかんで食べてみてください。

また、しょうゆ豆は、香川県の特産品であるそら豆が原料です。乾燥させたそら豆を、煎って、熱いうちにしょうゆとさとう、唐辛子を混ぜた調味液に漬けて作ります。

香川県で昔から食べられてきた郷土料理を味わいましょう。

令和8年 1月 28日(水) 第二学校給食センター

(献立名) いりこめし 牛乳 さばの塩焼き  
ほうれん草と白菜のごまあえ ふしめん汁 和三盆



【ひとロメモ】

## さぬきの郷土料理や地場産物について知ろう

(食文化)

郷土料理の「いりこめし」は、瀬戸内海でよくとれる「かたくちいわし」をお米と一緒にたきこんだごはんです。いりこ漁が盛んな地域では、今でも家でよく作られている料理です。

同じく郷土料理の「ふしめん」は、そうめんを干すときにできる端の部分「節」のことで、小豆島では手軽なお吸い物として食べられています。

そして「和三盆」は、さとうきびの自然な甘さとやわらかな口どけを昔ながらの作り方で作った貴重な地場産物です。

昔から食べられてきた郷土料理や食材を味わっていただきましょう。

令和 8 年 1 月 28 日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】

麦ごはん 牛乳 コノシロの甘酢漬け  
食べて菜のいそかあえ しょうゆ豆 けんちん汁

《今日の丸亀産の食材》

食べて菜 小松菜 チンゲン菜  
大根 葉ねぎ にんじん



【ひとロメモ】

## 香川県産コノシロ、しょうゆ豆について知ろう

(食文化)

みなさんは、コノシロという魚を知っていますか？

コノシロは、瀬戸内海でとれる魚です。ハマチと同じ出世魚で、体長5cm以下を「シンコ」、体長10cm前後を「コハダ」、体長15cm以上を「コノシロ」と呼びます。シンコやコハダは東京の寿司屋などで、高級ネタとして人気があり高値で売れますが、大きく成長したコノシロは値段が安く取引されることもあるそうです。

また、今日の給食では、香川県の郷土料理である「しょうゆ豆」が登場しています。「しょうゆ豆」は、そらまめを炒り、砂糖としょうゆで味付けしたもので、香ばしい香りとおんりの甘じょっぱい味が特徴です。

今週は、全国学校給食週間なので、地元の食材を積極的に給食に取り入れています。今日の給食では、丸亀市でとれた、食べて菜、小松菜、チンゲン菜、ねぎを使っています。味わっていただきましょう。