

令和8年 2月 5日 (木) 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 ボルシチ ブロッコリーサラダ
アーモンドいりこ ヨーグルト



【ひと口メモ】

丸亀市産のビーツについて知ろう

(感謝の心)

「ビーツ」とは、さとうだいこんの仲間で赤いカブのような見た目をしています。北欧の伝統的な家庭料理「ボルシチ」には、肉と野菜、そしてビーツを必ず入れて作ります。ボルシチのスープの赤い色はこのビーツの赤色が溶け出したものです。

「ビーツ」は寒い地方で生産が盛んで、8月から9月に種まきをし、11月から12月ごろに収穫され、1月から3月のちょうど今頃にたくさん出回ります。今日の給食のビーツは、丸亀市の長尾さんが育ててくれました。ビーツには虫がつきやすいため、こまめに畠を見て、虫を取り除いてくれているそうです。

大切に育てられたビーツを味わっていただきましょう。

令和8年 2月 5日(木) 第二学校給食センター

(献立名) 小型コッペパン 牛乳 ブロッコリーのスパイシートマトソースパスタ
ひじきとツナのサラダ ココア豆



【ひと口メモ】

力カオについて知ろう

(感謝の心)

ココアは、カカオ豆を原料とし、カカオマスから脂肪分を取り除いて粉状にしたもので
す。クイズです。世界でいちばん多くカカオ豆を作っている国はどこでしょうか？

- ①インド
- ②アメリカ
- ③コートジボワール

答えは③のコートジボワールです。

世界の生産量の約75%をアフリカ大陸が占め、特にコートジボワールとガーナは、「カ
カオベルト」と呼ばれる赤道付近の主要な生産地です。日本への輸入は、おもにガーナで
す。理由は、品質が安定し、流通もスムーズだからです。

今日の給食は、油で揚げた大豆にココアをまぶした「ココア豆」です。ココア味をあじ
わっていただきましょう。

令和 8 年 2 月 5 日 (木) 飯山学校給食センター

【献立名】

コッペパン（小6のみ：きなこあげパン）
牛乳 ポルシチ ブロッコリーサラダ
アーモンドいりこ ヨーグルト

«今日の丸亀産の食材»

にんじん セロリ キャベツ にんにく
かぶ ジャガイモ ビーツ ブロッコリー



【ひと口メモ】

丸亀市産のビーツについて知ろう

(食文化、感謝の心)

みなさんは「ビーツ」という野菜を知っていますか？

ビーツは、赤い色が特徴の野菜で、ロシアや東ヨーロッパではスープやサラダによく使われています。見た目はカブや大根に似ていますが、実はほうれん草と同じヒュウ科の仲間です。ビーツは、「食べる輸血」と呼ばれるほど鉄や葉酸などの栄養がたくさん含まれており、貧血を予防してくれる働きがあります。

ビーツは寒い地方で多く作られている野菜で、以前はこの辺りでは手に入らない食材でした。しかし、今から9年前に丸亀市飯山町の農家の方が栽培を始めてくださったことで、給食で使うことができるようになりました。

今日は、丸亀市産のビーツを使ったポルシチです。農家の方が大切に育ててくださったビーツを味わって、残さずいただきましょう。