

令和8年 3月 18日(水)

中央学校給食センター

【献立名】 肉もっそ 牛乳 さばの塩焼き  
かみかみ和え 月菜汁



【ひと口メモ】

## 肉もっそを味わおう

(食文化)

「肉もっそ」とは、香川県三豊市の郷土料理で、「もっそう飯」という言葉が由来です。この「もっそう飯」は、海や山、里の食材を炊いて、炊き立てのごはんに混ぜる料理で、一人分に分けて手で丸く握ったおにぎりのような料理です。

昔の農作業は、地区の人みんなで朝から夜まで行っていました。その時の昼ごはんを食べられていたのが、「肉もっそ」でした。今では、三豊市内のお祭りで肉もっそが振舞われています。

今日の給食の肉もっそには、牛肉、にんじん、干しいたけ、ごぼう、こんにゃく、豆腐、枝豆を甘辛く炊いて、炊き立てのごはんに混ぜました。三豊市の郷土料理を味わっていただきましょう。

また、今日のかみかみデーです。かみかみサラダにはごぼうとさきいかを入れてかみかみ和えのあるあえ物に仕上げました。しっかりよくかんで食べましょう。

令和8年 3月 18日(水) 第二学校給食センター

(献立名) ドライカレーライス 牛乳 カミカミサラダ せとか



【ひとロメモ】

## 旬のくだものを味わおう

(社会性)

クイズです。次の3つの名前に共通するくだものは何でしょう。

- ①はるみ
- ②きよみ
- ③せとか

正解は「みかん」です。

3つとも冬から春にとれる、みかんの名前です。

③の「せとか」は今日の給食に出ているみかんです。旬のおいしいくだものを知ってほしいとの思いで、給食で初めてつけました。

今日は香川県でとれたものです。味わっていただきましょう。

令和 8年 3月 18日 (水)

飯山学校給食センター

【献立名】

肉もっそ 牛乳 さばの塩焼き  
かみかみあえ 月菜汁

《今日の丸亀産の食材》

大根 葉ねぎ 小松菜



【ひとロメモ】

## 郷土料理の肉もっそについて知ろう

(食文化)

三豊市豊中町の郷土料理である「肉もっそ」は、昔、稲刈りや茶摘みなどの農作業の後によく食べられていました。当時の農作業は、今のように機械がなかったため、地域の人たち全員で力を合わせて行う1日がかりの大仕事でした。そんな日の昼食として作られていたのが、「肉もっそ」です。

肉もっその「もっそ」には、手で丸く握ったものという意味があります。この名前からもわかるように、肉もっそは農作業の合間でも食べやすいように、おにぎりのような形にして作られていました。豊中町の宇賀神社のどぶろく祭りでは、肉もっそが振る舞われているそうです。

今日の給食には、牛肉、にんじん、干しいたけ、ごぼう、こんにゃく、豆腐、枝豆を甘辛く炊いて、ごはん混ぜた「肉もっそ」が登場しています。味わっていただきましょう。