

令和8年 5月 19日 (火) 中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 鶏肉のガーリック焼き
ポテトサラダ うずら卵と野菜のスープ煮



【ひとロメモ】

丸亀市内産のんにくについて知ろう

(感謝の心)

にんにくは少し料理に入れるだけで味や香りにアクセントが付き、よりおいしく料理を仕上げることができます。にんにくの特徴的な味や香りは、アリシンという成分によるもので、胃腸を刺激して食欲を増進する効果もあります。給食でもパスタや炒め物など、様々な料理に使っています。

給食に使っているにんにくは全て丸亀市内で生産されたもので、生産者は大畑正樹さんと内海千代子さんです。1年間で約140kgものにんにくを使いますが、大畑さんと内海さんのお二人が全て育ててくれています。

今日の給食では、鶏肉のガーリック焼きににんにくを使っています。感謝の気持ちをもって、残さずいただきましょう。

令和8年 5月 19日(火) 第二学校給食センター

(献立名) コッペパン 牛乳 白いんげん豆のシチュー
いりことアーモンドのオリーブオイル キャロットサラダ



【ひとロメモ】

いんげん豆について知ろう

(健康によい食事のとり方)

豆は、マメ科の植物の種子のうち食べることができるもののまとめたものをいいます。小学5年生は、理科でいんげん豆を使って発芽の実験をしますね。いんげん豆は世界中で広く利用されているマメの1つです。日本で栽培されているのはほとんど北海道産です。

今日の給食では、白いんげん豆を使ったシチューです。いんげん豆は、そのままでは固くて食べられないので、12時間くらい水につけたり、お湯で長い時間ゆでたりして、いんげん豆をやわらかくしてから料理につかいます。

いんげん豆の栄養は、体をつくるもとの「たんぱく質」やエネルギー源のもとの「炭水化物」をたくさん含んでいます。

いんげん豆の栄養をいただきましょう。

令和 8年 5月 19日 (火)

飯山学校給食センター

【献立名】

コッペパン 牛乳 鶏肉のガーリック焼き
ポテトサラダ
うずら卵と野菜のスープ煮

《今日の丸亀産の食材》

きゅうり たまねぎ 春キャベツ
こまつな パセリ



【ひとロメモ】

丸亀市産のにんにくについて知ろう

(感謝の心)

にんにくには少し料理に入れるだけで味や香りにアクセントが付き、よりおいしく料理を仕上げることができます。にんにくの独特の味や香りは、アリシンという成分によるもので、胃腸を刺激して食欲を増進させる効果もあります。給食でも様々な料理に使っています。

給食に使っているにんにくは、全て丸亀市内で生産されたものです。にんにくは6月から7月頃が収穫の時期になり、丸亀市内の農家の方がセンターで1年間使う量のにんにくを確保してくれています。

今日の給食では、鶏肉のガーリック焼きのにんにくを使っています。生産に携わっている方々に感謝していただきましょう。