

令和 8 年 6 月 22 日 (月) 中央学校給食センター

【献立名】 ジューシー 牛乳 ゴーヤのかき揚げ もずくスープ
シークワサーゼリー ミニトマト (中のみ)



【ひとロメモ】

沖縄県の料理について知ろう

(食文化)

明日、6月23日は沖縄慰霊の日です。この日は、今から80年前の戦争で、沖縄の地上戦が終わったことから、亡くなった人たちに祈りをささげ、平和を願う記念日です。

そこで今日は、沖縄県の料理を紹介します。沖縄県の料理は、気温の高い地域であることや、歴史的に日本と中国の両国の文化の影響を受けています。沖縄県は豚の飼育に適しているため、豚肉をよく食べて、頭からしっぽまで捨てることなく、いろいろな料理に利用するそうです。

また、沖縄県の代表的な野菜であるゴーヤは、今が旬で、苦味はありますが、ビタミンCを多く含んでいます。豆腐や卵などといっしょに炒めたゴーヤチャンプルーは有名ですね。

今日の給食では、ゴーヤを入れたかき揚げ、豚肉を使った沖縄風炊き込みごはんのジューシー、もずくを使ったスープ、デザートは沖縄県の果物のシークワサーを使ったゼリーです。

令和8年 6月 22日(月) 第二学校給食センター

(献立名) ごはん 牛乳 さけの照り焼き
元気サラダ 豚汁 すだちゼリー



【ひとロメモ】

和食を味わおう

(健康によい食事のとり方)

今日は城北小学校のリクエストメニューです。主食・おかず・汁ものの料理ごとで希望をとり、人気の料理をくみあわせました。和食の料理を選ぶ人が多かったです。

おかずの主菜には、「いかのさらさあげ」「さばのしおやき」「さばのたつたあげ」など、魚料理が人気でした。城北小学校は魚のおかずが好きな人が多いようです。

デザートは夏なので、さっぱりとした「すだちゼリー」にしています。

栄養があり、みんなに人気のメニューをおいしくいただきます。

令和 8年 6月 22日 (月)

飯山学校給食センター

【献立名】

ジューシー 牛乳 ゴーヤのかき揚げ
もずくスープ
シークワサーゼリー

《今日の丸亀産の食材》

葉ねぎ



【ひと口メモ】

沖縄慰霊の日について知ろう

(食文化)

6月23日は沖縄慰霊の日です。この日は、沖縄県では県民の休日になります。沖縄県が定めた沖縄戦犠牲者への哀悼の意と世界平和を願う日です。第二次世界大戦末期の沖縄戦が終結したことにちなんだ記念日です。私たちは、直接戦争を知らないために、つい平和であることが当たり前と感じてしまっていますが、平和であることのありがたみについて考えるきっかけにしたいですね。

今日の給食では、沖縄の名物である「ジューシー」と呼ばれる炊き込みごはん、ゴーヤ、もずく、シークワサーゼリーが登場しています。沖縄県の食文化を知り、よく味わっていただきましょう。