

令和5年 6月9日(金)

中央学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳 鶏肉の梅ソース
小松菜のごま和え すまし汁



【ひとロメモ】

季節にまつわる食べ物について知ろう

(食文化)

雨がたくさん降る時期を「つゆ」といいます。このつゆを漢字で書く時に、この時期が旬の食べ物を使って表現します。さて、その食べ物とは何でしょう。

①梅 ②芋 ③豆

答えは、①の梅です。梅と雨の漢字2文字で「梅雨」と読みます。6月11日は「入梅」といって暦の上で梅雨を迎えます。梅雨の時期は梅の実が大きく実り、収穫される時期なので、お店にも並んでいますね。

今日の給食では、揚げた鶏肉に梅ソースがかかっています。味わって食べましょう。

令和5年 6月 9日(金) 第二学校給食センター

(献立名) ターメリックライス&ドライカレー 牛乳
海藻サラダ ゴールドキウイフルーツ



【ひとロメモ】

歯と口の健康について考えよう

(心身の健康)

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。

よくかんで食べると口の中でだ液(つば)がたくさん出ます。だ液は体にとってよい次のような働きがあります。

- ①歯についた食べかすを落とします。
- ②消化を助けます。
- ③味を感じます。
- ④むし歯予防になります。

よくかんで食べて、だ液の働きで歯と口の健康を保ちましょう。

令和5年 6月 9日(金)

飯山学校給食センター

【献立名】 麦ごはん 牛乳
鶏肉の梅ソース
小松菜と大豆の和え物 すまし汁

《今日の丸亀産の食材》

チンゲン菜、小松菜、
玉ねぎ、葉ねぎ



【ひとロメモ】

(食文化)

入梅について知ろう

今日のめあては「入梅について知ろう」です。

雨がたくさん降る時期を「つゆ」といいます。このつゆを漢字で書くときに、この時期が旬のある食べ物を使って表現します。さて、その食べ物とは何でしょうか？

①梅 ②芋 ③豆

答えは①梅です。梅と雨という漢字2文字で「梅雨」と読みます。この時期は梅の実が大きく実り収穫され、お店にも並んでいますね。また、暦の上では梅雨に入る時期ということで、「入梅」と言われています。梅雨が終わると、暑い夏がやってきます。暑さや、この季節の蒸し暑さで食欲がない時もさっぱりした梅の味ならば食べやすく、食欲もわいてきます。

今日の給食では「鶏肉の梅ソース」に梅が入っています。味わってたべましょう。