

令和5年 11月 22日(水) 中央学校給食センター

【献立名】 麦ご飯 ふりかけ(小・中) 牛乳 いかのさらさ揚げ
キャベツの甘酢漬け 月菜汁



【ひとロメモ】

月菜汁の由来について知ろう

(食文化)

今から約20年前、旧丸亀市では、市制100周年を記念して、歌手のさだまさしさん作詞作曲により「城のある町」という歌が作られました。その歌詞の中に「月菜汁」が出てきます。しかし、実際には無い料理だったので、市民グループによって創作されたのが始まりです。現在では、汁の中に月に見立てた丸いものや菜を表現する野菜を入れた内容で、丸亀市の新しい郷土料理として親しまれています。

今日の給食では、団子で月を表現し、チンゲン菜や葉ねぎなどの野菜を入れた月菜汁にしています。

味わって食べましょう。

令和5年 11月 22日(水)

第二学校給食センター

(献立名) 長崎のにんじんごはん 牛乳 きびなごのフライ
ほうれんそうと白菜のごまあえ 長崎のヒカド



【ひとロメモ】

長崎県の料理を味わおう

(食文化)

長崎県は、織田信長などの武将が活躍した戦国時代にはポルトガルやスペインとの貿易が栄え、外国から伝わった洋風の文化が南蛮文化とよばれ広まりました。江戸時代に鎖国の時代となった後も、長崎県だけには中国とオランダの貿易船の出入りが認められていました。そのため、長崎県では外国の文化をうまく取り入れた独自の文化が発展し、食文化にも影響を与えました。

今日の給食では、長崎県でたくさんとれるにんじんを使ったごはんです。また、「ヒカド」は長崎県の郷土料理です。「ヒカド」とはポルトガル語で「物を細かく刻む」という意味で、具を細かく刻み、すりおろしたさつまいもでとろみをつけた汁物です。給食では、さつまいもも具の一つとして加えています。

外国との文化交流で生まれた長崎県の郷土料理を味わってみましょう。

【献立名】麦ごはん 牛乳 (小・中：のりふりかけ)
いかの照り焼き
小松菜のごまドレッシングあえ 月菜汁

《今日の丸亀産の食材》
チンゲン菜、小松菜、
さといも



【ひと口メモ】

いかについて知ろう

(食文化、食品を選択する能力)

今日のめあては、「いかについて知ろう」です。

いかは、世界に450種類以上いるといわれています。2mを超すダイオウイカや、10cmに満たないホタルイカなど大きさもさまざまです。日本近くの海では約140種類が確認されており、食べられるのは約20種類です。

さて、ここでクイズです。いかをつかまえる漁は1日のうち、いつ行われるでしょう。

①朝 ②昼 ③夜

(5秒まつ)

正解は「夜」です。暗い夜の海で、明るいライトを照らすと小魚が集まります。その小魚を食べようと、いかが集まってきたところをつかまえます。

いかには、体をつくるもとになるたんぱく質や、疲れた体を回復させるタウリンなどが豊富に含まれています。よくかんでしっかり食べましょう。